Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шутов Олег Леонтьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 16.11.2026 16:05:29
Уникальный программный ключ:
6892313c2153d214b87fca0fd68c13fa12d41989

ОБЩИЙ ПРОФИЛЬ
37.03.01 Психология
2023 год набора
Приложение В
к основной профессиональной образовательной программе
по направлению подготовки 37.03.01 Психология,
утвержденной приказом от 07.12.2022 г. № 1-О
(в редакции приказа от 02.11.2026 г. № 87-О)

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(АНОО ВО «КИПО»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.04.02 Адаптивная физическая культура

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Направленность (профиль)
Общий профиль

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
очно-заочная

Год набора
2023

ОБЩИЙ ПРОФИЛЬ
37.03.01 Психология
2023 год набора

Рабочая программа дисциплины (модуля) Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура» предназначена для реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

Составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 37.03.01 Психология (Приказ Минобрнауки РФ от 29.07.2020 г. № 839, зарегистрирован в Минюсте РФ 21.08.2020 г. № 59374).

СОДЕРЖАНИЕ

1 Цели и задачи изучения дисциплины(модуля)
1.1 Цель освоения дисциплины (модуля)
1.2 Задачи дисциплины (модуля)
1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
2. Структура и содержание дисциплины (модуля)
2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины (модуля) по видам работ
2.2 Содержание дисциплины (модуля)
2.3 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
3. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины (модуля)
4. Фонды оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)
4.1. Структура оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)
4.2. Типовые задания для текущего контроля и вопросы (теоретические и практические) для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение по дисциплине (модулю)

ОБЩИЙ ПРОФИЛЬ
37.03.01 Психология
2023 год набора

1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура» является формирование у обучающихся с ограниченными функциональными возможностями физической культуры личности и коррекции нарушенных функций организма на основе сохранных кондиций и использования средств физической культуры для расширения функциональных резервов организма, в достижении устойчивой адаптации к социальным и профессиональным условиям жизнедеятельности.

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в адаптации к физическим нагрузкам в социальной и профессиональной деятельности;
- воспитать ценностно-мотивационную потребность в ведении активного образа жизни и необходимости использования средств адаптивной физической культуры в режиме труда и отдыха;
- сформировать оптимальную физическую готовность и функциональную устойчивость, к физическим нагрузкам в профессиональной самореализации.;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура» относится к дисциплинам по выбору части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на на 1 курсе по очно-заочной форме обучения.

Вид промежуточной аттестации: зачет.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения результатов обучения по дисциплине	Планируемые результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни. УК-7.2. Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы	**Знать:** виды физических упражнений, применяемых в адаптивной физической культуре (общеразвивающие, корригирующие, компенсаторные, прикладные) с учетом различных нозологических групп; роль и значение адаптивной физической культуры в системе реабилитации, социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья; научно-практические основы проведения занятий адаптивной физической культурой, принципы дифференцированного подхода к лицам с различными нарушениями; основы профилактики вторичных отклонений и здорового образа жизни средствами

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения результатов обучения по дисциплине	Планируемые результаты обучения
	физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. УК-7.3. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	адаптивной физической культуры. **Уметь:** применять средства и методы адаптивной физической культуры для коррекции нарушенных функций организма, развития компенсаторных механизмов и повышения психофизической устойчивости; использовать методики составления и проведения комплексов адаптивных физических упражнений с учетом индивидуальных особенностей, нозологии и уровня функциональных возможностей; планировать и организовывать систему самостоятельных занятий адаптивной физической культурой, руководствуясь рекомендациями медицинских и педагогических специалистов; осуществлять оценку физического развития и функционального состояния лиц с ограниченными возможностями здоровья, вносить коррективы в процесс занятий. **Владеть:** навыками использования базовых средств адаптивной физической культуры (гимнастика, легкая атлетика, подвижные и спортивные игры) в целях укрепления здоровья, развития и совершенствования физических качеств с учетом имеющихся ограничений; навыками самоконтроля за состоянием организма в процессе занятий адаптивной физической культурой (оценка частоты сердечных сокращений, самочувствия, уровня физической нагрузки) с учетом особенностей здоровья; навыками составления и проведения комплексов упражнений, направленных на коррекцию физического состояния, профилактику вторичных нарушений и повышение уровня функциональных возможностей; навыками применения реабилитационных и оздоровительных методик для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом.

Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 332 часов на очной и очно-заочной форме обучения, их распределение по видам работ представлено в таблице

Виды работ		Всего часов	
		ОФО	ОЗФО
Контактная работа, в том числе:		**-**	**17**
Аудиторные занятия (всего):		**-**	**17**
занятия лекционного типа		-	17
практические занятия		-	-
Иная контактная работа:		**-**	**-**
Контрольная работа		-	-
Курсовая работа		-	-
Самостоятельная работа, в том числе:		**-**	**315**
Самоподготовка по темам (разделам) дисциплины		-	170
Подготовка к текущему контролю		-	145
Контроль:		**-**	**-**
Промежуточная аттестация (зачет)		-	-
Общая трудоемкость	**час.**	**-**	**332**
	в том числе контактная работа	**-**	**17**
	зач. ед	**--**	**-**

2.2 Содержание дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые на 1 курсе (очно-заочная форма обучения)

№	Наименование темы/раздела	Количество часов				
		Всего	В том числе в виде практической подготовки	Аудиторная работа		Внеаудиторная работа (СР)
				Л	ПЗ	
1.	Раздел 1. Здоровый образ жизни. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма. Методы оценки и развития силовых способностей Общеразвивающие упражнения (комплексы)	82	-	4	-	78
2.	Раздел 2. Развитие силы и гибкости	82	-	4	-	78
3.	Раздел 3. Легкая атлетика. Оздоровительная ходьба, бег. Производственная физическая культура и прикладные двигательные навыки	82	-	4	-	78
4.	Раздел 4. Подвижные игры (Оздоровительная аэробика. Баскетбол. Волейбол. Футбол)	86	-	5	-	81
	ИТОГО по разделам дисциплины	332	-	17	-	315
	Контрольная работа	-	-	-	-	-
	Курсовая работа	-	-	-	-	-
	Промежуточная аттестация (зачет)	-	-	-	-	-
	Общая трудоемкость по дисциплине	332	-	17	-	315

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, СР – самостоятельная работа обучающегося

При изучении дисциплины могут применятся электронное обучение, дистанционные образовательные технологии в соответствии с ФГОС ВО.

2.3 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине)

Самостоятельная работа – это индивидуальная познавательная деятельность обучающегося как на аудиторных занятиях, так и во внеаудиторное время. Самостоятельная работа должна быть многогранной и иметь четко выраженную направленность на формирование конкретных компетенций.

Цель самостоятельной работы – овладение знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом исследовательской деятельности и обеспечение формирования профессиональных компетенций, воспитание потребности в самообразовании, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем.

Самостоятельная работа обучающихся направлена на углубленное изучение разделов и тем рабочей программы. Самостоятельная работа предполагает изучение литературных источников, выполнение контрольных заданий и работ, проведение исследований разного характера. Работа основывается на анализе литературных источников и других материалов, а также реальных фактов, личных наблюдений и т.д.

Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся:

- работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы;
- поиск (подбор) и обзор литературы, электронных источников информации по заданной проблеме курса, написание реферата (доклада, эссе), исследовательской работы по заданной проблеме;
- выполнение задания по пропущенной или плохо усвоенной теме;
- изучение материала, вынесенного на самостоятельную проработку (отдельные темы, параграфы);
- подготовка к практическим занятиям;
- подготовка к промежуточной аттестации.

№ п/п	Вид учебно-методического обеспечения
1.	Методические рекомендации по самостоятельной работе обучающихся.
2.	Методические рекомендации по изучению дисциплины.
3.	Вопросы для письменного/устного собеседования, реферат, сообщение, доклад, эссе, практико-ориентированные задания, мини-кейсы, задания в виде расчетных задач, ситуационные задачи.

Задания для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура» представлены в учебно-методическом отделе.

Контроль результатов самостоятельной работы обучающихся может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия и внеаудиторную самостоятельную работу обучающихся по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) при изучении данной дисциплины предоставлена возможность выбора технологий обучения в зависимости от

степени заболевания и осознания своей деятельности. При этом содержание программы дисциплины не изменяется, изменяются, как правило, форма обучения и образовательные технологии. Также обучающимся, имеющим инвалидность, и лицам с ограниченными возможностями здоровья созданы условия комфортного психологического климата в процессе обучения и возможности оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися.

3. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины (модуля)

В ходе изучения дисциплины предусмотрено использование следующих образовательных технологий: лекции, практические занятия, проблемное обучение, модульная технология, подготовка письменных аналитических работ, самостоятельная работа обучающихся.

Компетентностный подход в рамках преподавания дисциплины реализуется в использовании интерактивных технологий и активных методов (проектных методик, мозгового штурма, разбора конкретных ситуаций, анализа педагогических задач, педагогического эксперимента, иных форм) в сочетании с внеаудиторной работой.

Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины: использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины – для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура». Материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации размещены в фонде оценочных средств по дисциплине Б1.В.ДВ.04.02 «Адаптивная физическая культура».

4.1. Структура оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

№ п/п	Код и наименование индикаторов достижения результатов обучения по дисциплине	Результаты обучения	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	УК-7.1. Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и	**Знать:** виды физических упражнений, применяемых в адаптивной физической культуре (общеразвивающие, корригирующие, компенсаторные, прикладные) с учетом различных	Подготовка докладов/сообщений, вопросы для обсуждения по темам, задания открытого и закрытого типа	Вопросы на зачете

	здорового образа и стиля жизни.	нозологических групп; роль и значение адаптивной физической культуры в системе реабилитации, социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья; научно-практические основы проведения занятий адаптивной физической культурой, принципы дифференцированного подхода к лицам с различными нарушениями; основы профилактики вторичных отклонений и здорового образа жизни средствами адаптивной физической культуры.		
2	УК-7.2. Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. деятельности.		Подготовка докладов/сообщений, вопросы для обсуждения по темам, задания открытого и закрытого типа	Вопросы на зачете
3	УК-7.3. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	**Уметь:** применять средства и методы адаптивной физической культуры для коррекции нарушенных функций организма, развития компенсаторных механизмов и повышения психофизической устойчивости; использовать методики составления и проведения комплексов адаптивных физических упражнений с учетом индивидуальных особенностей, нозологии и уровня функциональных возможностей; планировать и организовывать систему самостоятельных занятий адаптивной физической культурой, руководствуясь рекомендациями медицинских и педагогических специалистов; осуществлять оценку физического развития и функционального состояния лиц с ограниченными возможностями здоровья, вносить коррективы в процесс занятий.	Подготовка докладов/сообщений, вопросы для обсуждения по темам, задания открытого и закрытого типа	Вопросы на зачете

		Владеть: навыками использования базовых средств адаптивной физической культуры (гимнастика, легкая атлетика, подвижные и спортивные игры) в целях укрепления здоровья, развития и совершенствования физических качеств с учетом имеющихся ограничений; навыками самоконтроля за состоянием организма в процессе занятий адаптивной физической культурой (оценка частоты сердечных сокращений, самочувствия, уровня физической нагрузки) с учетом особенностей здоровья; навыками составления и проведения комплексов упражнений, направленных на коррекцию физического состояния, профилактику вторичных нарушений и повышение уровня функциональных возможностей; навыками применения реабилитационных и оздоровительных методик для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		

4.2. Типовые задания для текущего контроля и вопросы (теоретические и практические) для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Задания для текущего контроля и вопросы (теоретические и практические) для промежуточной аттестации, необходимые для оценки образовательных достижений обучающихся.

Текущий контроль успеваемости для обучающихся

Задание 1. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие основные виды (компоненты) входят в структуру адаптивной физической культуры?

A. Адаптивное физическое воспитание;
B. Адаптивный спорт;
C. Адаптивная двигательная рекреация;
D. Лечебная физкультура (кинезотерапия);

E. Экстремальные виды двигательной активности.

Задание 2. Выберите один правильный вариант ответа. Что является главной целью адаптивной физической культуры?

A. Достижение высоких спортивных результатов;
B. Формирование двигательных навыков для участия в соревнованиях;
C. Максимально возможная социализация и интеграция лиц с ОВЗ в общество;
D. Подготовка к профессиональной деятельности.

Задание 3. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие категории лиц с ограниченными возможностями здоровья относятся к основным нозологическим группам в адаптивной физической культуре?

A. Лица с нарушением слуха;
B. Лица с нарушением зрения;
C. Лица с нарушением интеллекта;
D. Лица с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА);
E. Лица с временными функциональными нарушениями.

Задание 4. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие особенности характерны для проведения занятий адаптивной физической культурой с лицами, имеющими нарушение зрения?

A. Необходимость использования звуковых и тактильных ориентиров;
B. Использование ярких цветовых маркеров для обозначения границ;
C. Повышенные требования к словесному объяснению и показу упражнений;
D. Проведение занятий исключительно в закрытых помещениях;
E. Обязательное использование специального инвентаря (озвученные мячи, коврики с различной фактурой).

Задание 5. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие особенности проведения занятий адаптивной физической культурой характерны для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (в том числе с детским церебральным параличом)?

A. Акцент на развитие мелкой моторики и координации;
B. Использование упражнений на расслабление и растяжение спастичных мышц;
C. Обязательное применение упражнений с высокоамплитудными маховыми движениями;
D. Необходимость индивидуального подбора исходных положений;
E. Проведение занятий только в воде.

Задание 6. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие методы и приемы наиболее эффективны при работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта (умственную отсталость)?

A. Многократное повторение одного и того же упражнения до полного усвоения;
B. Использование сложных тактических схем и комбинаций;
C. Применение наглядного показа и подражательных упражнений;
D. Высокий темп выполнения упражнений для повышения концентрации;
E. Эмоциональное подкрепление и поощрение за правильное выполнение.

Задание 7. Выберите несколько правильных вариантов ответа.

Какие способы регулирования физической нагрузки при проведении самостоятельных занятий для инвалидов и лиц с ОВЗ являются наиболее приемлемыми?

A. Чередование нагрузки и отдыха;
B. Выполнение физических упражнений до «отказа»;
C. Изменение интенсивности выполнения упражнений;
D. Использование специальных технических средств реабилитации при необходимости;
E. Игнорирование субъективных ощущений утомления.

Задание 8. Выберите один правильный вариант ответа. Что понимается под термином «компенсация» в адаптивной физической культуре?

A. Замена утраченной или нарушенной функции за счет сохранных систем организма;
B. Полное восстановление утраченной функции;
C. Привыкание организма к новым условиям жизнедеятельности;
D. Ограничение двигательной активности для предотвращения травм.

Задание 9. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие принципы являются основополагающими при проведении занятий адаптивной физической культурой?

A. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода;
B. Принцип приоритетности достижения спортивных результатов;
C. Принцип коррекционно-развивающей направленности;
D. Принцип непрерывности и систематичности;
E. Принцип исключения соревновательных элементов.

Задание 10. Прочитайте текст и вставьте пропущенные слова. Адаптивная физическая культура – это вид общей физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов, и направлена на максимально возможное развитие жизнеспособности человека за счет обеспечения оптимального режима функционирования его _____ и _____ возможностей, данных природой и имеющихся у него.

Правильный ответ: телесно-двигательных / физических / психических (или: функциональных).

Задание 11. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие упражнения наиболее эффективны для коррекции осанки и профилактики сколиоза у лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата?

A. Упражнения у гимнастической стенки;
B. Прыжки в длину с разбега;
C. Упражнения с предметами (гимнастическая палка, мяч);
D. Статические упражнения на удержание правильного положения тела;
E. Упражнения на равновесие и балансировку.

Задание 12. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие виды упражнений противопоказаны при проведении занятий с лицами, имеющими высокую степень миопии (близорукости)?

A. Прыжки;
B. Упражнения на координацию;
C. Упражнения на гибкость;
D. Упражнения с резким сотрясением тела;
E. Упражнения с подъемом тяжестей.

Задание 13. Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие виды адаптивного спорта наиболее доступны для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата?

A. Бочча;
B. Следж-хоккей;
C. Горные лыжи;
D. Баскетбол на колясках;
E. Водное поло.

Шкала оценивания результатов по заданиям для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине

% верных решений (ответов)	Шкала оценивания
85-100	5 - отлично
71-84	4 - хорошо
50-70	3 - удовлетворительно
0-49	2 - неудовлетворительно

Текущий контроль успеваемости для обучающихся по очно-заочной форме

Контрольная работа представляет собой систематическое, достаточно полное изложение авторского решения соответствующей проблемы и выполнение заданий в рамках дисциплины, которая является одним из видов текущего контроля успеваемости обучающихся заочной формы обучения.

Цели контрольной работы:

- проверка и оценка знаний обучающихся;
- закрепление практических навыков применения теоретических подходов и методов анализа на учебных примерах и задачах;
- получение информации об уровне самостоятельности и активности обучающегося, об эффективности форм и методов учебной работы.

Контрольные работы выполняются обучающимися в сроки, предусмотренные учебным планом и календарным учебным графиком.

Контрольная работа выполняется в рукописном или в печатном (компьютерном) варианте на листах формата А4 в 1 экземпляре с соблюдением установленного формата. Текст набирается шрифтом Times New Roman 12, через 1 интервал, абзацный отступ - 1,25 см, выравнивание по ширине страницы. Страница должна иметь следующие поля: левое - 25 мм, правое - 10 мм, верхнее и нижнее - 20 мм. Титульный лист содержит информацию об обучающемся выполнившем контрольную работу (ФИО обучающегося, направление подготовки, группа); наименование дисциплины; ФИО преподавателя, проверяющего работу.

Задания для контрольных работ разрабатываются преподавателем дисциплины по вариантам, которые содержат:

1) Задание в форме ответа на теоретический вопрос по теме (разделу) – объем не более 2-3 страниц;
2) Задания, составленные в форме тестов (2 задания открытого и закрытого типа, разработанные в фонде оценочных средств), или ответ на практическое задание (решить ситуацию, математическую задачу, расчетно-графическое задание и др.).

Готовая контрольная работа в электронном виде прикрепляется в электронную образовательную среду Moodle в профиль обучающегося выполнившего работу до начала сессии. Если работа в рукописном варианте, то она должна быть отсканирована и прикреплена.

Шкала и критерии оценивания контрольной работы

№ п/п	Критерии	Зачтено
Теоретический вопрос		
1	Глубина проработки материала	Основные теоретические положения по вопросу раскрыты. Имеются элементы обоснования выводов
2	Представление	Имеются элементы систематизации информации, факты применения профессиональной терминологии
3	Использование рекомендованной литературы	Основные источники рекомендованной литературы использованы
4	Грамотность изложения и качество оформления	Продемонстрирована культура речи. Соблюдены основные требования к оформлению
Выполнение тестовых заданий		

Если работа не отвечает названным критериям, выставляется оценка «не зачтено».

Зачтено-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (зачет)

Теоретические вопросы к зачету:

1. Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человеке.
2. Компоненты (виды) адаптивной физической культуры: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация.
3. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: здоровье, инвалидность, абилитация, реабилитация, социализация, социальная интеграция.
4. Принципы адаптивной физической культуры: гуманистической направленности, дифференцированного и индивидуального подхода, коррекционно-развивающей направленности.
5. Категории «адаптация» и «компенсация» и их значение в теории и практике адаптивной физической культуры.
6. Педагогические и социальные функции адаптивной физической культуры.
7. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой.
8. Характеристика основных нозологических групп в адаптивной физической культуре (нарушения зрения, слуха, интеллекта, опорно-двигательного аппарата).
9. Особенности организации физкультурной деятельности с лицами, имеющими нарушение зрения: методические приемы, инвентарь, требования к пространству.
10. Особенности организации физкультурной деятельности с лицами, имеющими нарушение слуха: специфика коммуникации, использование визуальных ориентиров.
11. Характеристика детского церебрального паралича (ДЦП): формы, двигательные и физиологические расстройства.
12. Особенности организации физкультурной деятельности с лицами, имеющими детский церебральный паралич (ДЦП): исходные положения, специальные упражнения.
13. Характеристика психических нарушений и отклонений в интеллектуальном развитии.
14. Особенности организации физкультурной деятельности с лицами, имеющими умственную отсталость: методы, приемы, требования к занятиям.
15. Особенности организации физкультурной деятельности с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата (спинальная патология, ампутации).
16. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

17. Особенности развития физических качеств (силы, выносливости, гибкости, координации, быстроты) у лиц с различными нарушениями.
18. Способы регулирования физической нагрузки при проведении занятий с инвалидами и лицами с ОВЗ.
19. Роль и значение самоконтроля при занятиях адаптивной физической культурой: объективные и субъективные показатели.
20. Методика использования естественных сил природы и гигиенических факторов в адаптивной физической культуре.
21. Содержание и гигиена занятий адаптивной физической культурой.
22. Критерии эффективности занятий адаптивной физической культурой.
23. Содержание адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением зрения.
24. Содержание адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением слуха.
25. Содержание адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением интеллекта.
26. Содержание адаптивного физического воспитания для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА).
27. Коррекция двигательных нарушений средствами адаптивной физической культуры.
28. Развитие компенсаторных механизмов у лиц с ОВЗ средствами физической культуры.
29. Методика проведения адаптивной гимнастики (дыхательной, корригирующей, суставной).
30. Использование подвижных и спортивных игр в работе с лицами с ОВЗ: адаптация правил, инвентаря, методика проведения.
31. Особенности организации занятий по плаванию и гидрореабилитации для лиц с ОВЗ.
32. Комплексы физических упражнений для лиц, ведущих малоподвижный образ жизни с учетом индивидуальных особенностей.
33. Использование технических средств реабилитации в процессе занятий адаптивной физической культурой.
34. Физическая культура в системе комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
35. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с участием лиц с ОВЗ.

Критерии оценивания промежуточной аттестации: зачет

«зачтено»: заслуживает студент, полностью или практически полностью освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не оценены максимальным числом баллов, в основном сформировал практические навыки.

«не зачтено»: заслуживает студент, не освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не выполнил, практические навыки не сформированы.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в печатной форме увеличенным шрифтом,

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в печатной форме,

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в печатной форме,

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Дисциплина реализуется посредством проведения контактной работы с обучающимися (включая проведение текущего контроля успеваемости), самостоятельной работы обучающихся и промежуточной аттестации.

При проведении учебных занятий по дисциплине обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплины в форме курса, составленного на основе результатов научных исследований, проводимых институтом, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Результат обучения считается сформированным, если теоретическое содержание курса освоено полностью; при устных собеседованиях обучающийся исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает учебный материал; свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами заданий, требующих применения знаний, использует в ответе дополнительный материал; все предусмотренные рабочей учебной программой задания выполнены в соответствии с установленными требованиями, обучающийся способен анализировать полученные результаты; проявляет самостоятельность при выполнении заданий.

Результат обучения считается несформированным, если обучающийся при выполнении заданий не демонстрирует знаний учебного материала, допускает ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет задания, не демонстрирует необходимых умений, качество выполненных заданий не соответствует установленным требованиям.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины на занятиях лекционного типа

Лекционный курс предполагает систематизированное изложение основных вопросов тематического плана. В ходе лекционных занятий раскрываются базовые вопросы в рамках

каждой темы дисциплины. Обозначаются ключевые аспекты тем, а также делаются акценты на наиболее сложные и важные положения изучаемого материала. Материалы лекций являются опорной основой для подготовки обучающихся к практическим занятиям и выполнения заданий самостоятельной работы, а также к мероприятиям текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине.

В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Возможно ведение конспекта лекций в виде интеллект-карт.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины на занятиях практического типа

Практические (семинарские) занятия представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы. Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

Практические (семинарские) занятия обучающихся обеспечивают:

- проверку и уточнение знаний, полученных на лекциях;
- получение умений и навыков составления докладов и сообщений, обсуждения вопросов по учебному материалу дисциплины;
- подведение итогов занятий по рейтинговой системе, согласно технологической карте дисциплины.

Методические указания по самостоятельной работе обучающихся

Самостоятельная работа обеспечивает подготовку обучающегося к аудиторным занятиям и мероприятиям текущего контроля и промежуточной аттестации по изучаемой дисциплине. Результаты этой подготовки проявляются в активности обучающегося на занятиях и в качестве выполненных практических заданий и других форм текущего контроля.

При выполнении заданий для самостоятельной работы рекомендуется проработка материалов лекций по каждой пройденной теме, а также изучение рекомендуемой литературы.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение по дисциплине (модулю)

Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / О.Я. Бойко, И.В. Вялова, С.С. Гвоздецкая [и др.] ; под ред. Р.И. Айзмана, Ю.С. Филипповой. — Москва : КноРус, 2022. — 341 с. — ISBN 978-5-406-08420-5. — URL:https://book.ru/book/942798 — Текст : электронный.

2. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497197

Дополнительная литература:

3. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/492906

Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Электронно-библиотечные системы (ЭБС) и базы данных

Доступ к ЭБС предоставляется из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории Института,

так и вне ее (удаленный доступ).

1. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» - URL: https://urait.ru/
2. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru» - URL: https://www.book.ru
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - URL: https://elibrary.ru (крупнейшая российская база научных публикаций, доступ к рефератам и полным текстам статей).
4. КиберЛенинка - URL: https://cyberleninka.ru (научная электронная библиотека открытого доступа).

Информационные справочные системы

1. Справочная правовая система «Консультант Плюс» - доступ по локальной сети с компьютеров библиотеки и компьютерных классов (актуальная база законодательства РФ, включая сферы образования и социальной защиты).
2. Справочная правовая система «Гарант» - доступ по локальной сети с компьютеров библиотеки и компьютерных классов (актуальная база законодательства РФ, включая сферы образования и социальной защиты).

Профессиональные сообщества и ресурсы:

1. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации - URL: https://www.minobrnauki.gov.ru/.
2. Министерство просвещения Российской Федерации - URL: https://edu.gov.ru/.
3. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) - URL: http://obrnadzor.gov.ru/.
4. Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края - URL: https://minobr.krasnodar.ru/.
5. Федеральный портал «Российское образование» - URL: http://www.edu.ru/.
6. Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) - URL: https://fgos.ru/.
7. Профессиональные сообщества, порталы и электронные библиотеки для педагогов и логопедов
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - URL: http://fcior.edu.ru/.
9. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - URL: http://school-collection.edu.ru/.
10. Образовательный портал «Знанио» - URL: https://znanio.ru/ (методические разработки, сценарии уроков, интерактивные материалы).
11. Портал «Учительский портал» - URL: https://www.uchportal.ru/ (конспекты уроков, презентации, внеклассные мероприятия).

12. Сайт «Педразвитие» - URL: http://pedrazvitie.ru/ (публикации педагогов, методические материалы).
13. Сайт «Урок.рф» - URL: https://урок.рф/ (сообщество учителей, конкурсы, вебинары).
14. Библиотека по педагогике (педагогический словарь, литература) - URL: http://pedagogic.ru/.
15. Педагогическая энциклопедия - URL: https://didacts.ru/.
16. Российское психологическое общество (РПО) - URL: http://psyrus.ru (официальный сайт профессиональной корпорации психологов России).
17. Федерация психологов образования России - URL: http://rospsy.ru/ (цифровая платформа психолого-педагогических программ, профессиональное сообщество).
18. Психологический институт Российской академии образования (ПИ РАО) - URL: https://www.pirao.ru (ведущее научно-исследовательское учреждение в области психологии).
19. Портал академической психологии - URL: http://www.portal-psychology.ru (академическая, прикладная, клиническая психология, база исследований).
20. Профессиональное сообщество психологов-практиков «b17.ru» - URL: https://www.b17.ru/ (лекции, тренинги, статьи, форум специалистов).

Психологический инструментарий и базы тестов

21. Профессиональные психологические тесты «Psytests.org» - URL: https://psytests.org/ (онлайн-тесты, описание методик, материалы для психодиагностики).

Образовательные и справочные порталы

1. Федеральный портал «Российское образование» - URL: http://www.edu.ru/.
2. Российское общество «Знание» - URL: https://znanierussia.ru/.
3. Справочно-информационный портал «Грамота.ру» - URL: http://gramota.ru/ (русский язык и культура речи).
4. Образовательный портал «Учеба» - URL: http://www.ucheba.com/.
5. Словари и энциклопедии на Академике - URL: https://dic.academic.ru/.
6. Проект Государственного института русского языка им. А.С. Пушкина «Образование на русском» - URL: https://pushkininstitute.ru/.

Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения:

1. LibreOffice - офисный пакет
2. PDFedit – программа для работы с pdf
3. Yandex Browser – браузер
4. Менеджер архивов
5. Libre Base – программа для работы с БД
6. Inkscape – ПО для компьютерной графики
7. DIA – ПО для блока схем и диаграмм
8. GiMP - Программа обработки изображений

Перечень материально-технического обеспечения включает:

учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий практического (семинарского) типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы оснащенные компьютерной техникой с подключением к сети "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института.

Наименование помещения.	Адрес

Перечень основного оборудования	
Учебная аудитория № 302 Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и практического типа, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации). Оборудование: рабочее место преподавателя (1); рабочие места обучающихся (33); ноутбук с лицензионным ПО (LibreOffice) и возможностью выхода в интернет (1); мультимедийное оборудование (1); доска учебная (1); книжный шкаф (1); сплит-система(1); учебно-наглядные пособия; доступ в электронную информационно-образовательную среду Института.	350002, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ, ул. им. Леваневского, д. 187/1
Спортивный зал Физкультурно-оздоровительный комплекс «Динамо» имени олимпийской чемпионки Брагиной Л.И. Оборудование: Рабочее место преподавателя (1); скамейка гимнастическая 3,5 м (3 шт.); доска переносная (1 м); маты иск.кожа (10 шт.); набор для игры в бадминтон с воланом, комплект (4 шт.); палка гимнастическая деревянная (5шт.); скакалка (10шт.); диск металлический (2 шт.); экспандер (2 шт.); фитнес резинка (20 шт.); обруч металлический размер 98 (5 шт.); стол теннисный «ketller» (1 шт.); ракетка для н/тенниса (4 шт.); мяч для н/тенниса (100 шт.); сетка для н/тенниса (1 шт.); шахматы, комплект (2 шт.); шашки, комплект (2 шт.); часы шахматные (2 шт.); стойка волейбольная (2 шт.); сетка волейбольная (1 шт.); мяч волейбольный (2 шт.); мяч баскетбольный (1 шт.); мяч набивной 3 кг (10 шт.); мяч набивной 5 кг (10 шт.); ворота для мини-футбола (2 шт.); мяч футбольный (1 шт.);, сетка для ворот мини-футбола (2 шт.).	350020, Краснодарский край, г.о. город Краснодар, г. Краснодар, ул. Красная, д. 190 Нежилое помещение в подвальном этаже - Зал бокса, пом. № 159 Площадь 215,1 кв.м.
Аудитория № 218 Помещение для самостоятельной работы обучающихся Оборудование: рабочие места обучающихся (17); персональный компьютер с лицензионным ПО и возможностью выхода в Интернет (17); книжный шкаф (1); сплит-система (1); учебно-наглядные пособия; доступ в электронную информационно-образовательную среду Института.	350002, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ, ул. им. Леваневского, д. 187/1