

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Касаткин Евгений Николаевич
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 25.04.2022 15:25:08
Уникальный идентификатор документа:
9b3f8e0cff23e988416941671683e6857d0114e

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КИРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО Кировский ГМУ Минздрава России)

Центр дополнительного образования



Руководитель

УТВЕРЖДАЮ
С.В. Глушкова

» 2022 20 21 г

Рабочая программа
учебной дисциплины

«Теория и организация адаптивной физической
культуры»

для дополнительной программы профессиональной
переподготовки
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Киров, 20 21

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Пояснительная записка

Актуальность и значение учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» определяются тем, что развитие физической культуры и спорта в настоящее время является одним из приоритетных направлений государственной политики Российской Федерации, в рамках которого развитие адаптивного спорта выходит на более высокий уровень. Адаптивная физическая культура – это социальный феномен, целью которого является налаживание и укрепление социальных связей человека, ранее имевшего ограниченный доступ или вообще не включенного в социальный процесс, приобщение его к полноценной жизни, наполненной новым смыслом и эмоциями. Таким образом, адаптивная физкультура – это, скорее, не метод лечения, а способ переключения внимания инвалидов с болезни на общение, активный отдых и развлечение.

Цель: формировать компетенции в сфере профессиональной деятельности на основе знаний теории и организации адаптивной физической культуры

Задачи учебной дисциплины:

- актуализировать знания теории и организации адаптивной физической культуры;
- формировать умения профессиональной деятельности, руководствуясь теорией адаптивной физической культуры.

Компетенции обучающихся, формируемые, а также подлежащие совершенствованию в результате освоения дисциплины / модуля

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

Способность осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры (ПК-1)

Знать:

- основные положения теории физической культуры;

Уметь:

- применять в образовательном процессе основные положения и теории физической культуры.

Иметь навыки и (или) опыт деятельности:

- владеть навыком осуществления образовательного процесса на основе положений теории физической культуры

Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде

спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-3)

Знать:

– истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта

Уметь:

– применять в профессиональной деятельности знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Иметь навыки и (или) опыт деятельности:

– владеть навыком использования знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта

Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-4)

Знать:

– основные способы и приемы мотивации к занятиям избранным видом спорта, формирования моральных принципов честной спортивной конкуренции;

Уметь:

– применять к спортсменам способы и приемы, мотивирующие к занятиям избранным видом спорта, воспитывающие моральные принципы спортсменов.

Иметь навыки и (или) опыт деятельности:

– владеть навыком формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта, воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.

Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-5)

Знать:

– современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся;

Уметь:

– применять систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с учетом психолого-педагогических и возрастных особенностей обучающихся.

Иметь навыки и (или) опыт деятельности:

– владеть навыком использования современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.

1.2.Содержание учебной дисциплины

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Часов
Трудоемкость, всего	64
Аудиторные занятия, в том числе:	6
Лекции	4
Практические занятия	2
Самостоятельная работа	58

Раздел 1. Задачи, средства, методы и формы организации адаптивной физической культуры

Тема 1. Педагогические задачи адаптивной физической культуры

Постановка педагогических задач. Общие задачи. Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические). Средства адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы). Классификации физических упражнений.

Тема 2. Методы и формы организации адаптивной физической культуры

Метод. Методика. Методическое направление. Методический подход. Методы формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям. Методы развития физических качеств и способностей. Методы воспитания личности. Методы педагогического воздействия. Методы организации взаимодействия педагога и занимающихся. Формы организации АФК.

Раздел 2. Характеристика основных видов адаптивной физической культуры

Тема 3. Адаптивное физическое воспитание

Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития двигательных качеств и способностей занимающихся. Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии. Роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде.

Тема 4. Адаптивная двигательная рекреация

Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации. Общая характеристика средств адаптивной

двигательной рекреации и условий их применения. Отличительные черты средств и методики некоторых видов адаптивной двигательной рекреации. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации.

Тема 5. Адаптивный спорт

Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов. Классификация основных направлений адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта. Специальное олимпийское движение.

Тема 6. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности

Конкретизация целей и задач креативных телесно-ориентированных и экстремальных видов адаптивной физической культуры, его ведущих функций и принципов. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных видов адаптивной физической культуры. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.

Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением развития

Тема 7. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения

Характеристика детей с нарушением зрения. Характеристика зрительной функции. Зрительные дисфункции у детей школьного возраста. Особенности психического развития детей с нарушением зрения. Особенности физического развития и двигательных нарушений. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения. Задачи и средства адаптивного физического воспитания. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания. Использование и развитие сохранных анализаторов. Методика организации подвижных игр. Методика обучения плаванию.

Тема 8. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха

Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Причины стойких нарушений слуха. Патология слуха. Характеристика детей с нарушением слуха. Особенности физического и психического развития. Методика занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха. Методика активизации познавательной деятельности глухих детей.

Тема 9. Методика адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью

Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью. Понятие, причины и формы умственной отсталости.

Особенности методики адаптивной физической культуры с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью.

Тема 10. Методика адаптивной физической культуры при ДЦП

Понятие о ДЦП: эпидемиология, классификация, этиология. Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения. Речевые и психические отклонения. Двигательные нарушения. Двигательная реабилитация детей с ДЦП. Адаптивное физическое воспитание детей с ДЦП. Нетрадиционные формы занятий.

Тема 11. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением речи

Характеристика детей с нарушением речи. Характеристика речевых нарушений. Особенности психического развития детей с нарушением речи. Особенности физического развития и двигательных нарушений. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушением речи. Задачи и средства адаптивного физического воспитания. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания. Использование и развитие сохранных анализаторов. Методика организации подвижных игр.

Раздел 6. Средства спортивной тренировки

Средства спортивной тренировки и их характеристика. Соревновательные упражнения. Специально-подготовительные упражнения. Общеподготовительные упражнения.

Специфические средства спортивной тренировки в активных видах спорта – физические упражнения. Виды физических упражнений. Группы упражнений, включающие средства спортивной тренировки: избранные соревновательные, специально-подготовительные, общие подготовительные. Их характеристика.

1.3. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Караулова Л. К. Физиология физического воспитания и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. образования / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперева, М. М. Расулов. - 3-е изд., стер. - М.: "Академия", 2014. - 304 с.
2. Клинические аспекты спортивной медицины: руководство / ред. В. А. Маргазин. - СПб.: СпецЛит, 2014. - 462 с
3. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - М.: "Академия", 2014. - 480 с.

Дополнительная литература

1. Самоконтроль в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов вузов / ГБОУ ВПО "Кировская гос. мед. акад. Минздравсоцразвития РФ" ; сост. А. В. Дуркин. - Киров, 2011. - 100 с

2. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. Том 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физкультуры. / Под ред. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.

1. Чертов, Н.В. Физическая культура: учебное пособие / Н.В. Чертов. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>

Ресурсы

Информационные справочные системы, Интернет-ресурсы (электронные образовательные ресурсы)

1. Электронно-библиотечная система Университета.
2. Образовательный сайт Кировского ГМУ (<http://student.kirovgma.ru>).

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Методические рекомендации для преподавателя

При подготовке и проведении занятий преподавателю необходимо соблюдать следующие рекомендации:

– к каждому аудиторному занятию преподаватель готовит пакет дидактических материалов в электронном и/или текстовом варианте;

– аудиторные занятия сопровождается мультимедийными презентациями;

– аудиторные занятия проводит в интерактивном режиме, с использованием приемов современных образовательных технологий;

– в процессе обучения предлагает обучающимся задания для самостоятельной работы по углублению и расширению знаний, для формирования и совершенствования умений и практических навыков, обеспечивающих качественное усвоение учебного материала.

При подготовке к практическому занятию преподавателю необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение, ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия и составить список обязательной и дополнительной литературы по вопросам плана занятия. Оказывать методическую помощь обучающимся в подготовке докладов, планов и презентаций.

В ходе практического занятия во вступительном слове раскрыть теоретическую и практическую значимость темы занятия, определить порядок его проведения, время на обсуждение каждого учебного вопроса. Дать возможность выступить всем желающим. Целесообразно в ходе обсуждения учебных вопросов задавать выступающим и аудитории дополнительные и уточняющие вопросы с целью выяснения их позиций по существу

обсуждаемых проблем. Поощрять выступления с места в виде кратких дополнений и постановки вопросов выступающим и преподавателю. Для наглядности и закрепления изучаемого материала преподаватель может использовать модели, таблицы, схемы, карты, мультимедийные презентации, видеофильмы.

В заключительной части практического занятия следует подвести его итоги: дать объективную оценку выступлений каждого обучающегося и учебной группы в целом. Раскрыть положительные стороны и недостатки проведенного практического занятия. Ответить на вопросы обучающихся. Назвать тему очередного занятия.

Проводить групповые и индивидуальные консультации обучающихся, рекомендовать в помощь учебные и другие материалы, а также справочную литературу.

2.2. Методические указания для обучающихся

В процессе обучения обучающимся необходимо выяснить:

- цели и конечный результат обучения по программе;
- основные требования к уровню усвоения содержания программы;
- виды учебной работы.

Обучение осуществляется в соответствии с методическими указаниями, действующей программой, нормативно-правовыми документами и учебной литературой.

В процессе реализации программы необходимо посещать практические занятия с целью углубления и расширения знаний, для формирования и совершенствования умений и практических навыков, обеспечивающих качественное усвоение учебного материала.

При подготовке к практическим, семинарским занятиям, обучающимся рекомендуется использовать учебную и справочную литературу.

В процессе обучения осваивать рекомендованную литературу, самостоятельно находить книги, публикации и информационные материалы по изучаемым темам, использовать Интернет-сайты. Во время учебных занятий задавать преподавателям дополнительные вопросы.

Каждому обучающемуся необходимо быть готовым к контролю текущей успеваемости. Форму текущего контроля определяет преподаватель.

2.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа включает изучение материала лекций, семинаров, литературы, предоставляемых преподавателем, вынесенных на самостоятельное изучение, подготовку к зачету/экзамену.

2.4. Контроль и оценка результатов обучения

Форма контроля – зачет по учебной дисциплине.

Оценочное средство – тест.

Материалы оценочного средства:

Примерный перечень вопросов к зачету

1. В каком году была создана первая спортивная организация глухих?
 - а) 1924;
 - б) 1944;
 - в) 1964.
2. К группам инвалидов в зависимости от характера нарушения функции не относится:
 - а) с нарушением интеллекта;
 - б) с различными физическими недостатками;
 - в) трансплантаты;
 - г) с патологией дыхательных путей.
3. В каком году была создана Международная спортивная организация для инвалидов (ИСОД)?
 - а) 1924;
 - б) 1963;
 - в) 1983.
4. К видам реабилитации инвалидов не относятся (укажите 2 правильных ответа):
 - а) социальная;
 - б) педагогическая;
 - в) медицинская;
 - г) физическая;
 - д) психологическая.
5. В каком году была создана Международная федерация –организация спорта для людей с нарушением интеллекта «Спешл Олимпикс»?
 - а) 1960;
 - б) 1968;
 - в) 1988.
6. Укажите, что не является основным направлением адаптивного спорта:
 - а) паралимпийское;
 - б) специальное Олимпийское движение;
 - в) Всемирные игры глухих.
 - г) специальное Европейское движение.
7. В каком году была создана Международная спортивная и оздоровительная ассоциация людей с церебральным параличом?
 - а) 1964;
 - б) 1970;
 - в) 1976.
8. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами –это основные задачи:
 - а) адаптивной двигательной рекреации;
 - б) адаптивной физической реабилитации;
 - в) адаптивного физического воспитания.
9. Лечение верховой ездой это: _____.

10. Перечислите 3 заболевания, при которых показано лечение верховой ездой.
- а) нарушение двигательной сферы в результате параличей, полиомиелита и т.д.
 - б) различные нарушения при климатической адаптации;
 - в) мочекаменная болезнь;
 - г) умственная отсталость;
 - д) различные нарушения социальной адаптации;
 - е) послеоперационная реабилитация.
11. В каком году была создана Международная спортивная ассоциация слепых?
- а) 1971;
 - б) 1981;
 - в) 1990.
12. В Паралимпийских играх спортсмены не состязаются в группе:
- а) лица с ампутациями и прочими двигательными нарушениями;
 - б) лица с заболеваниями кардио-респираторной системы;
 - в) лица с церебральным параличом;
 - г) лица с нарушением органов слуха;
 - д) лица с нарушением органов зрения;
 - е) лица с нарушением интеллекта;
 - ж) инвалиды на колясках
14. Аутогенная тренировка –это система:
- а) сознательно применяемых человеком безусловных рефлексов;
 - б) сознательно применяемых человеком условных рефлексов;
 - в) сознательно применяемых человеком психологических приемов;
 - г) сознательно применяемых человеком физических упражнений.
15. Методы психологической саморегуляции (укажите 2 правильных ответа):
- а) мышечная релаксация по Э. Джекобсону;
 - б) повышение самосознания;
 - в) идеомоторная тренировка;
 - г) аутогенная тренировка И.Г. Шульца.
16. Укажите цель низшей аутогенной тренировки:
- а) овладеть определенными упражнениями для управления работой внутренних органов, добиться положительного психического настроя и мышечного расслабления;
 - б) овладеть определенной техникой физических упражнений для управления телом в пространстве, добиться положительного настроя на предстоящую деятельность;
 - в) овладеть определенными упражнениями для управления работой различных мышечных групп, понять индивидуальные особенности своей психики.
17. Сколько стандартных упражнений включает аутогенная тренировка?
- а) 4;
 - б) 5;
 - в) 6;
 - г) 7.
18. Какие заболевания не являются противопоказаниями к применению аутогенной тренировки (укажите 3 правильных ответа)?

- а) повышенное артериальное давление;
- б) пониженное артериальное давление;
- в) заболевания ЖКТ в стадии обострения;
- г) бронхиальная астма;
- д) нарушение периферического кровообращения;
- е) тяжелые психические расстройства

19. Какое из пяти понятий включает в себя остальные четыре:

- а) адаптивный спорт
- б) адаптивная реабилитация
- в) адаптивная физическая культура
- г) адаптивная рекреация
- д) адаптивное физическое воспитание

20. Адаптивный спорт это:

- а) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.
- б) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей.
- в) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребность индивида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций.
- г) компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

21. К какому из видов АФК относятся следующие задачи:

- 1) переключение с основного вида деятельности на другой, связанный с двигательной активностью;
 - 2) получение удовольствия от движений, повышение настроения от занятий физическими упражнениями;
 - 3) оптимизация своего состояния, восстановление физических и духовных сил;
 - 4) обеспечение активного отдыха и приобщение к здоровому образу жизни;
 - 5) привитие интереса к адаптивной физической культуре и вовлечение в занятия другими ее видами — адаптивным спортом, экстремальными и креативными видами двигательной активности и др.;
 - б) вовлечение занимающихся в общение со здоровыми людьми и овладение коммуникативными, социальными навыками;
 - 7) преодоление психологических комплексов (неуверенности, отчужденности и др.);
 - 8) повышение уровня качества жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- а) адаптивный спорт

- б) адаптивная реабилитация
- в) адаптивная рекреация
- г) адаптивное физическое воспитание

22. Какие виды спорта не относятся к адаптивному спорту:

- а) легкая атлетика
- б) самбо
- в) баскетбол
- г) гимнастика
- д) бобслей
- е) лыжный спорт

23. Основным средством АФК считают:

- а) упражнения гимнастики
- б) упражнения легкой атлетики
- в) физические упражнения
- г) плавание
- д) ходьба на лыжах

24. Какой из видов двигательной активности не считается средством адаптивной рекреации:

- а) рыбалка
- б) упражнения легкой атлетики
- в) спортивная гимнастика
- г) плавание
- д) шахматы

25. Какие виды реабилитации относят к педагогическим?

- а) социально-трудовая
- б) первоначальная
- в) медицинская
- г) социально-бытовая
- д) элементарная
- е) техническая (инженерная)
- ж) социально-культурная
- з) полная

26. Какие из принципов не относятся к социальным:

- а) научности,
- б) социализирующие,
- в) интегративные,
- г) коммуникативные,
- д) прочности.

27. Общие методические принципы действуют во всех областях науки

- а) да
- б) нет

28. Гедонистические функции относятся к педагогическим

- а) да

- б) нет
29. Является ли спортивный массаж средством АФК?
- а) да
- б) нет
30. Какое из средств не относится к естественно-средовым?
- а) солнце
- б) воздух
- в) свет
- г) вода
31. Коррекционные образовательные учреждения разделяют на:
- а) 8 видов
- б) 3 вида
- в) 5 видов
- г) 9 видов
32. Дети, имеющие отклонения в состоянии здоровья разделяются две группы: освобожденные и неосвобожденные
- а) да
- б) нет
33. В подготовительную группу здоровья относят детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья хронического характера
- а) да
- б) нет
34. Адаптивное физическое воспитание школьников осуществляется:
- а) дома
- б) в ДЮСШ
- в) в школе
- г) в семье
35. Могут ли дети, имеющие отклонения в состоянии здоровья незначительного характера посещать уроки физической культуры?
- а) да
1. б) нет.

Разработчик программы:

Авдеева М.С., канд. пед. наук, преподаватель ЦДО
Колесова Ю.А., специалист по УМР ЦДО