Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНОПредседатель УМК,и.о. проректора по учебной работеканд. пед. наук. А.С. Солнцева\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«21» июня 2022 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

**Индекс дисциплины**

Б1.В.01

**Направление подготовки: 49.03.02**

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

**Наименование ОПОП**

***«Физическая реабилитация»***

**Квалификация выпускника**

**бакалавр**

**Форма обучения**

**очная/заочная**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декан социально-педагогического факультета, канд. психол. наук., доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Дерючева «21» июня 2022 г.  | СОГЛАСОВАНОДекан факультета заочной формы обучения, канд. пед. наук., профессор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Х Шнайдер«21» июня 2022 г.  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № 15, «30» мая 2022 г.)Заведующий кафедрой, к.б.н., доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В.Осадченко«30» мая 2022 г. |

**Малаховка 2022**

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВПО по направлению подготовки - 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), (уровень бакалавриат), утвержденная приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. №942

**Составители**:

ЦицкишвилиН.И. к.п.н., доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины

**Рецензенты:**

Осадченко И.В. к.б. н., доцент, заведующая кафедрой адаптивной физической культуры и спортивной медицины

 Стрельникова И.В .к.б.н., доцент, заведующая кафедрой физиологии и биохимии

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.02):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | **Аббрев. исп. в РПД** |
| **01 Образование и наука** |
| 01.001 | "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" (с изменениями и дополнениями) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н *(с изменениями и дополнениями от: 25 декабря 2014 г., 5 августа 2016 г.)* | П |
| 01.003  | "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н | **ПДО** |
| **05 Физическая культура и спорт** |
| 05.002 | ["Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту"](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 02 апреля 2019 г. N 199н | **Т АФК** |
| 05.004 | ["Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту "](http://internet.garant.ru/document/redirect/70753338/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 02 апреля 2019 г. N 197н | **ИМ АФК** |

1. изучениЕ дисциплины НАПРАВЛЕНО НА формирование следующих компетенций:

ПК-1 Способен проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных мероприятий;

ПК-2 Способен осуществлять контроль и регуляцию физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениями с учетом специфики заболевания.

ПК-3. Способен обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной(восстановительной)деятельности, направленных на восстановление после травм и заболеваний функциональных систем организма человека.

ПК-4.Способен использовать в процессе реабилитационных мероприятий средства и методы восстановления после травм и заболеваний функциональных систем организма.

ПК-5. Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
| **Знания**:- технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификациюдокументов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В /01.6 С /02.6 | ПК-1.  |
| **Умения:**-оценивать эффективность применяемых методов физическойреабилитации,оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В /01.6 С /02.6 |  |
| **Навыки и/или опыт деятельности:**- оценка индивидуального прогресса реабилитанта;-подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способамрешения проблем; -контроля двигательной активности и физическогосостояния занимающихся; - выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК:В /01.6 С /02.6 |  |
| **Знания**:-Основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний;-современные технологии, используемые в физической реабилитации.-основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 | ПК-2.  |
| **Умения:** -определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека;-работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма;-составлять комплексные методики физической реабилитации с учетом нозологических форм, возрастных и гендерных групп.  | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 |  |
| **Навыки и/или опыт деятельности:**- средствами и методами восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека в физической реабилитации;- методиками восстановления органов и систем организма после травм и заболеваний.- приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 |  |
| **Знания**: - основные факторы, обеспечивающие эффективность процесса физической реабилитации занимающихся отклонениями в состоянии здоровья различных возрастных, гендерных групп и нозологических форм. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 | ПК-3.  |
| **Умения:** -выбирать адекватные средства и методы физической реабилитации, оптимально воздействующие на временно утраченные функции организма человека | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 |  |
| **Навыки и/или опыт деятельности**:-применение средств АФК с учетом нозологической формы и закономерностей развития различных заболеваний и поражений организма лиц различных возрастных гендерных групп. | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.**ИМАФК:** В/01.6 В/04.6 |  |
| **Знания**:-средства и методы АФК для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В/04.6 С/01.6. | ПК-4.  |
| **Умения:** -обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В/04.6 С/01.6. |  |
| **Навыки и/или опыт деятельности**: -приемы устранения ограничений жизнедеятельности вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В/04.6 С/01.6. |  |
| **Знания**: - технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья для развития необходимых компенсаторных физических качеств в физкультурно-спортивных видах деятельности | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В /01.6 С /01.6 | ПК-5. |
| **Умения:** -обучать новым двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья;- составлять и применять комплексы упражнений физических упражнений;- использовать технические средства для компенсаторного приспособления утраченных функций.  | П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В /01.6 С /01.6 |  |
| **Навыки и/или опыт деятельности**: - применять на практике комплексы упражнений, -использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного процесса. |  П: А/01.6; А/03.6.ПДО: А/01.6.ТАФК: D/02.6; D/03.6; D/04.6; E/01/6; E/02/6; E/03/6.ИМАФК: В /01.6 С /01.6 |  |

1. Место дисциплины в структуре Образовательной Программы:

Дисциплина «Технологии в физкультурно-спортивной деятельности» в структуре основной образовательной программы относится к дисциплинам**,** формируемым участниками образовательных отношений.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается с 1 по 7 семестр на очной форме обучения, с 1 по 9 семестр на заочной форме обучения . Вид промежуточной аттестации: Зачет, экзамен.

1. Объем дисциплины и виды учебной работы:

*очная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | семестры |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися**  | **198** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Лекции |  | 8 | 8 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 |  |
| Практические занятия  |  | 24 | 24 | 24 | 20 | 12 | 12 | 24 |  |
| Контроль | 72 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Промежуточная аттестация  | экзамен |  | + |  | + |  | + | + |  |
| **Самостоятельная работа студента**  | **234** | **40** | **20** | **40** | **26** | **54** | **34** | **20** |  |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **504** | **72** | **52** | **72** | **52** | **72** | **52** | **52** |  |
| **зачетные единицы** | **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | семестры |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися**  | **78** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В том числе: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Лекции | 20 |  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| Практические занятия  | 58 | 2 | 4 | 2 | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 22 |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) |  |  | З | З | Э | З | Э | З | Э | Э |
| **Самостоятельная работа студента**  | **426** | **34** | **30** | **68** | **64** | **46** | **46** | **48** | **46** | **44** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **504** | **36** | **36** | **72** | **72** | **54** | **54** | **54** | **54** | **72** |
| **зачетные единицы** | **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. Содержание дисциплины:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела  | Всего часов |
| 1 | Введение в специальность.Общие проблемы технологий ФСД | Тема 1.1. Место и роль физкультурно-спортивной деятельности в формировании здорового образа жизни.Тема 1.2. Терминология и классификация средств, применяемых в физической реабилитации.Тема 1.3. Характеристика физических упражнений в физкультурно-спортивной деятельности.Тема 1.4. Физическая активность человека на различных этапах онтогенеза.  | 40 |
| 2 | Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. | Тема 2.1. Методика построения комплекса аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья.Тема 2.2. Фитбол, аэробика в адаптивной физической культуре Тема 2.3. Степаэробика в адаптивной физической культуре.Тема2.4. Шейпинг, как комплексная система физической культурыТема 2.5. Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре. | 36 |
| 3. | Коррекционно-развивающие игры в АФК | Тема 3.1. Общая характеристика и социальная сущность игры.Тема 3.2. Подвижные игры для людей с нарушением в развитии. | 18 |
| 4. | Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности | Тема 4.1. Виды гимнастики применяемые в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.Тема 4.2. Адаптивное направление в аэробике.Тема 4.3. Структура и содержание занятий аэробикой.Тема 4.4. Особенности занятий оздоровительной аэробикой с различным контингентом. | 18 |
| 5. | Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре. | Тема 5.1.Методика организации и проведения игры в дарц.Тема 5.2. Методика организации и проведения игры в городки.Тема 5.3. Методика организации и проведения игры в бильярд. | 10 |
| 6. | Технологии оздоровления различных систем организма человека. | Тема 6.1. Роль дыхания при проведении занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.Тема 6.2. Применение оздоровительной системы цигун в АФК.Тема 6.3. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Тема 6.4. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко.Тема 6.5. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса. | 16 |
| 7. | Оздоровительные технологии, направленные на восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека. | Тема 7.1. Йога как система лечения и оздоровления организма человека.Тема 7.2. Применение танцев в АФК.(танцевальная терапия).Тема 7.3. Применение системы Дж. Пилатеса в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.Тема 7.4 Методы реабилитации и самореабилитации при различных поражениях опорно-двигательного аппарата | 18 |
| 8. | Немедикаментозные средства восстановления в АФК. | Тема 8.1 Общая характеристика фитотерапевтических средств .Тема 8.2. Общая характеристика и влияние апитерапии на организм человека.Тема 8.3. Применение маханотерапии для лиц с повреждениями ОДА.Тема 8.4. Роль магнито и металлотерапии в реабилитации людей с отклонениями в состоянии здоровья.Тема 8.5 Иппотерапия - метод реабилитации и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями. | 18 |
| 9. | Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с отклонениями в состоянии здоровья. | Тема 9..1 Виды туризма в РФ (спортивный, оздоровительный, экскурсионный). Социальный туризм в обществе глухих и слепых.Тема 9.2 Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата.Тема 9.3 Особенности организации реабилитационного туризма. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях.Тема 9.4 Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики.Тема 9.5 Техника безопасности в туризме. Семейный туризм среди людей с отклонениями в состоянии здоровья. Основы туристической техники. Основы ориентирования на местности. Тема 9.6 Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе. | 14 |
| 10. | Физиолого-педагогическое нормирование нагрузки в занятиях АФК | Тема 10.1.Физическая нагрузка в процессе занятий физическими упражнениями при проведении тренирующей терапии.Те Тема 10.2 Режимы нагрузки при проведении плавания и гимнастики в воде, лечебная гимнастика в бассейне и в водоеме. Программы занятий гимнастикой в бассейне с использованием плавающей доски.Тема 10.3. Физическое упражнение циклического характера и их характеристики, применяемые в тренирующей терапии. Методы выполнения упражнений.ТемТема 10.4. Режимы нагрузки при выполнении дозированной ходьбы, бега, лечебной гребли.5. Тема 10.5. Проведение тренирующей терапии с использованием велотренажера (велоэргометра). | 14 |
| 11. | Особенности проведения занятий ФСД с различными группами населения | Тема 11.1. Организация и методика проведения физкультурных занятий в детском, подростковом и юношеском возрасте.Тема 11.2. Особенности организации и проведения физической трени­ровки для здоровья с лицами зрелого и пожилого возраста. Тема 11.3. Особенности организации и проведения тренировки с учетом половых различий на разных этапах онтогенеза.Тема 11.4. Приобретение умений, навыков педагога по проведению и анализу физкультурных занятий с лицами различного пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья. | 12 |

1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ:

очная форма обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | Всегочас. |
| Л | ПЗ | СРС |  |
| 1. | Введение в специальность. Общие проблемы технологии ФСД | 8 | 12 | 26 | 46 |
| 2. | Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья | 6 | 20 | 24 | 50 |
| 3. | Коррекционно-развивающие игры в АФК | 4 | 12 | 18 | 34 |
| 4. | Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности | 6 | 12 | 18 | 36 |
| 5. | Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре | 2 | 16 | 14 | 32 |
| 6. | Технологии оздоровления различных систем организма человека | 4 | 12 | 14 | 30 |
| 7. | Оздоровительные технологии, направленные на восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека. | 6 | 12 | 54 | 72 |
| 8. | Нетрадиционные методики восстановления в АФК. | 6 | 12 | 36 | 54 |
| 9. | Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с отклонениями в состоянии здоровья | 2 | 12 | 4 | 18 |
| 10. | Физиолого-педагогическое нормирование нагрузки в занятиях АФК. | 2 | 12 | 16 | 30 |
| 11. | Особенности проведения занятий ФСД с различными группами населения. | 4 | 8 | 10 | 22 |
|  | Консультации |  |  |  | 8 |
|  | Контроль |  |  |  | 72 |
|  | Итого | 50 | 1406. | 234 | 504  |

заочная форма обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | Всегочас. |
| Л. | ПЗ | СРС |  |
| 1. | Введение в специальность. Общие проблемы технологии ФСД |  | 2 | 34 | 36 |
| 2. | Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья | 2 | 4 | 30 | 36 |
| 3. | Коррекционно-развивающие игры в АФК | 2 |  | 30 | 32 |
| 4. | Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности |  | 2 | 38 | 40 |
| 5. | Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре | 2 | 2 | 30 | 34 |
| 6. | Технологии оздоровления различных систем организма человека |  | 4 | 34 | 38 |
| 7. | Оздоровительные технологии, направленные на восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека. | 2 | 6 | 46 | 54 |
| 8. | Немедикаментозные средства восстановления в АФК. | 2 | 6 | 46 | 54 |
| 9. | Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с отклонениями в состоянии здоровья | 2 | 4 | 48 | 54 |
| 10. | Физиолого-педагогическое нормирование нагрузки в занятиях АФК. | 2 | 6 | 46 | 54 |
| 11. | Особенности проведения занятий ФСД с различными группами населения. | 6 | 22 | 44 | 72 |
|  | Итого | 20 | 58 | 426 | 504 |

**6. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины**

**6.1 Основная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **п/№** | **Наименование** | **Кол-во экземпляров** |
| в библиотеке | на кафедре |
|  | **Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре** : учебник / авт.-сост. Евсеева О. Э., Евсеев С. П. ; под ред. Евсеева С. П. - М. : Советский спорт, 2013. - 386 с. : ил. - Библиогр.: с. 382-386. - ISBN 978-5-9718-0671-4 : 639.13. | 150 | 2 |
|  | **Цицкишвили Н. И.**   Физическая реабилитация и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н. И. Цицкишвили, А. С. Чубуков ; МГАФК. - Малаховка : ВИНИТИ, 2008. - 107 с. - Библиогр.: с. 105-107.  | 250 | 4 |
|  | **Чубуков А. С.**   Технология физкультурно-спортивной деятельности : учебная программа для студентов / А. С. Чубуков, Н. И. Цицкишвили, М. А. Причалов ; МГАФК. - Малаховка, 2008. - 32 с. - Библиогр.: с. 29-31. - 29.93.  | 35 | 1 |
|  | **Цицкишвили Н. И.**   Физическая реабилитация и профилактика заболеваний дыхательной системы : учебное пособие / Н. И. Цицкишвили ; МГАФК. - Малаховка, 2012. - 132 с. : ил. - Библиогр.: с. 128-129. - 91.20.  | 205 | 6 |
|  | **Медведева Е. Н.**    Технология физкультурно-спортивной деятельности (Гимнастика) : учебно-методическое пособие для студентов заочной формы обучения вузов физической культуры / Е. Н. Медведева, Ю. В. Парохина, Ю. В. Стрелецкая ; ВЛГАФК. - Великие Луки, 2009. - 71 с. : ил. - Библиогр.: с. 25.  | 1 | - |
|  | **Тихонов В. Н.**   Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие для студентов ВУЗов физической культуры / В. Н. Тихонов ; МГАФК. - Малаховка, 2012. - 318 с. - Библиогр.: с. 313-318. - 204.82. | 181 | 1 |

 **6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **п/№** | **Наименование** | **Кол-во экземпляров** |
| в библиотеке | на кафедре |
|  | **Аксенова О. Э.**   Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебное пособие / О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев. - М. : Советский спорт, 2004. - 295 с. : ил. - Библиогр.: с. 292-295. - ISBN 5-85009-937-9 : 229.44.  | 2 | - |
|  | **Аксенова О. Э.**   Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебное пособие / О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. - М. : Советский спорт, 2005. - 296 с. : ил. - ISBN 5-9718-0064-7 : 230.00.  | 1 | - |
|  | **Евсеев С. П.**   Технологии физкультурно-спортивной деятельности : примерная программа дисциплины / С. П. Евсеев, О. Э. Аксенова ; СПбГАФК. - М., 2004. - 34 с. : ил. - б/ц. | 8 | 2 |
|  | **Аксенова О. Э.**   Рабочая программа по дисциплине "Технологии физкультурно-спортивной деятельности" : учебно-методическое пособие / О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - СПб., 2004. - 47 с. : ил. - Библиогр.: с. 39 - 46. - б/ц. | 1 | - |
|  | **Сулимцев Т. И.**   Физическая реабилитация и профилактика наиболее часто встречающихся заболеваний суставов : учебное пособие / Т. И. Сулимцев ; МГАФК. - Малаховка, 2000. - 99 с. : ил. - Библиогр.: с. 99.  | 80 | 3 |
|  | **Скрипко А. Д.**Технологии физического воспитания и спортивной тренировки / А. Д. Скрипко// На рубеже ХХI века. Год 2004-й. - Малаховка, 2004. - С. 341-345.  | 15 | - |
|  | **Белова Г. Б.**   Технология спортивно ориентированного физического воспитания в действии / Г. Б. Белова ; Перм. гос. пед. ун-т// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2012. - № 3. - С. 18. | 1 | - |
|  | **Joperd**. - 2011. - 56 с. | 1 | - |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ». ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ:**

1. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
4. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
5. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
6. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
10. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
11. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>
12. Медицинская библиотека BooksMed <http://www.booksmed.com>
13. Медицинская информационная сеть <http://www.medicinform.net>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**8.1. Специализированные аудитории**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование специальных\* помещений и помещений для самостоятельной работы** | **Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы** |
| аудитория для проведения занятий лекционного типа (лекционный зал № 1, № 2, ауд. 327, ауд 320) | Электронно-интерактивная доска, мультимедийное оборудование, колонки для усиления звука, телевизор |
| аудитория для семинарских занятий, текущей и промежуточной аттестации (аудитории № 320,325). |  |
| аудитория для групповых и индивидуальных консультаций (аудитории № 316, 122) | мультимедийное оборудование, экран.учебная и методическая литература, демонстрационные учебно-наглядные пособия |
| помещение для самостоятельной работы (аудитории № 314) | компьютер с выходом в интернет, МФУ, учебно-методическая литература |
| помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (аудитория № 323) |  |

**8.2 программное обеспечение**

1) В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или лицензионная версия Microsoft Office.

**8.3 изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

- портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

- принтер Брайля;

- портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

- FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программе дисциплины*

*«Технологии физкультурно-спортивной деятельности»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

 «Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

 протокол № 6/22 от «21» июня 2022г.

Председатель УМК,

и. о. проректора по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.С. Солнцева

 **Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**

**Технологии физкультурно-спортивной деятельности.**

**Направление подготовки: 49.03.02**

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

***Профиль подготовки***

***физическая реабилитация***

**Форма обучения**

**очная/заочная**

|  |
| --- |
| Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры (протокол № 15, «30» мая 2022 г.)Заведующий кафедрой, к.б.н., доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В.Осадченко«30» мая 2022 г. |

Малаховка, 2022год

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовые функции | ЗУНы | Индикаторы достижения***(проверяемые действия)*** |
| ПК-1 Способен проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных мероприятий; | **ПС 01.001 П****А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение.**А/03.6**Развивающая деятельность**ПС 01.003 ПДО****А/01.6**Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы**ПС 05.002 ТАФК****D/02.6** Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп**D/03.6**Развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта)**D /04.6** Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта).**E/01.6.** Планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре.**E/02.6**Контроль и анализ результатов работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре**E/03.6**Внедрение новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте**ПС 05.004 ИМАФК****В /01.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровьяС /02.6Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре со спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации (субъекта Российской Федерации) по виду (спортивной дисциплине)адаптивного спорта (далее - спортивной сборной команды). | *Знает:* - технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификациюдокументов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации; анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся.*Умеет:* -оценивать эффективность применяемых методов физическойреабилитации,оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; протоколировать ход обследования, оформлять заключение по результатам индивидуального маршрута реабилитации, готовить отчеты, вести соответствующую документацию; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.*Имеет опыт:* оценки индивидуального прогресса реабилитанта;-подбора достоверных методов диагностики для исследования отношений реабилитанта к своему состоянию, трудовой занятости, лечению и физической реабилитации, качеству жизни, характеру и способамрешения проблем; -контроля двигательной активности и физическогосостояния занимающихся; - выявления проблем и резервов повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп. | Способен выполнять педагогический контроль в ходе проведения реабилитационных мероприятий. |
| ПК-2. Способен осуществлять контроль и регуляцию физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениями с учетом специфики заболевания. | **ПС 01.001 П****А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение.**А/03.6**Развивающая деятельность**ПС 01.003 ПДО****А/01.6**Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы**ПС 05.002 ТАФК****D/02.6** Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп**D/03.6**Развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта)**D /04.6** Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта).**E/01.6.** Планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре.**E/02.6**Контроль и анализ результатов работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре**E/03.6**Внедрение новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте**ПС 05.004 ИМАФК****В/01.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья**В/04.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. | *Знает:* Основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний;-современные технологии, используемые в физической реабилитации.-основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья.*Умеет:* определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека;-работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма;-составлять комплексные методики физической реабилитации с учетом нозологических форм, возрастных и гендерных групп. *Имеет опыт:* проведения методик восстановления органов и систем организма после травм и заболеваний.- владения приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций. | Способен осуществлять контроль и регуляцию физических нагрузок в занятиях физическими упражнениями с учетом нозологии. |
| ПК-3 Способен обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной(восстановительной)деятельности, направленных на восстановление после травм и заболеваний функциональных систем организма человека. | **ПС 01.001 П****А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение.**А/03.6**Развивающая деятельность**ПС 01.003 ПДО****А/01.6**Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы**ПС 05.002 ТАФК****D/02.6** Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп**D/03.6**Развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта)**D /04.6** Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта).**E/01.6.** Планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре.**E/02.6**Контроль и анализ результатов работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре**E/03.6**Внедрение новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте**ПС 05.004 ИМАФК****В/01.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья**В/04.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. | *Знает:* - основные факторы, обеспечивающие эффективность процесса физической реабилитации занимающихся отклонениями в состоянии здоровья различных возрастных, гендерных групп и нозологических форм.*Умеет:* выбирать адекватные средства и методы физической реабилитации оптимально воздействующие на временно утраченные функции организма*Имеет опыт:* применение средств АФК с учетом нозологической формы и закономерностей развития различных заболеваний и поражений организма лиц различных возрастных гендерных групп. | . Способность обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп средствами тестирования организма. |
| **ПК-4.** Способен использовать в процессе реабилитационных мероприятий средства и методы восстановления после травм и заболеваний функциональных систем организма | **ПС 01.001 П****А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение.**А/03.6**Развивающая деятельность**ПС 01.003 ПДО****А/01.6**Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы**ПС 05.002 ТАФК****D/02.6** Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп**D/03.6**Развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта)**D /04.6** Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта).**E/01.6.** Планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре.**E/02.6**Контроль и анализ результатов работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре**E/03.6**Внедрение новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте**ПС 05.004 ИМАФК****В/01.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья**В/04.6** Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. | *Знает:* средства и методы АФК для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.*Умеет:* обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.*Имеет опыт:* приемов устранения ограничений жизнедеятельности вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека | Способность учета средств и методов физической реабилитации в различных нозологических группах |
| **ПК-5.** Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств. | **ПС 01.001 П****А/01.6** Общепедагогическая функция. Обучение.**А/03.6**Развивающая деятельность**ПС 01.003 ПДО****А/01.6**Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы**ПС 05.002 ТАФК****D/02.6** Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп**D/03.6**Развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта)**D /04.6** Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта).**E/01.6.** Планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре.**E/02.6**Контроль и анализ результатов работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре**E/03.6**Внедрение новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте**ПС 05.004 ИМАФК**В /01.6Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья С /01.6Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре со спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации (субъекта Российской Федерации) по виду (спортивной дисциплине)адаптивного спорта (далее - спортивной сборной команды). | *Знает:* технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья для развития необходимых компенсаторных физических качеств в физкультурно-спортивных видах деятельности.*Умеет:* обучать новым двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья;- составлять и применять комплексы упражнений физических упражнений;- использовать технические средства для компенсаторного приспособления утраченных функций.*Имеет опыт:* применять на практике комплексы упражнений; - использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного процесса. | Способен проводить занятия физическими упражнениями, составлять комплексы упражнений для различных нозологических групп. |

1. **Типовые контрольные задания:**

* 1. ***Перечень вопросов для промежуточной аттестации.***

**Раздел 1.** Введение в специальность. Общие проблемы технологий ФСД.

1.. Технологии физкультурно-спортивной деятельности - интегративная дисциплина.

 2. Средства, методы и методические приемы, используемые в адаптивной физической культуре.

3. Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учетом нозологического признака и возраста.

 4. Учение о здоровье человека. Факторы, влияющие на здоровье. Методы определения индивидуального и группового здоровья.

**Раздел 2.** Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

1. Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.

2. Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики.

3. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

4. Фитбол - аэробика в адаптивной физической культуре.

5. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.

6. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.

7. Шейпинг как комплексная система. Особенности организации и содержания шейпинга с лицами, имеющими ограниченные возможности.

8. Особенности использования стретчинга в адаптивной физической культуре.

**Раздел 3.** Коррекционно-развивающие игры в АФК.

1.Физическая активность как фактор морфологического и функционального развития человека.

2. Моделирование игр в адаптивной физической культуре (с учетом выбора вида адаптивной физической культуры).

3 Методика и организация игр с детьми с нарушением в развитии (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

4. Применение в адаптивной физической культуре игр с использованием природного материала.

5. Организация и проведение спортивных праздников, фестивалей, состязаний с лицами, имеющими ограниченные возможности (нозологическая группа по выбору студента).

**Раздел 4.** Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности

1.Терминология и классификация средств, применяемых в ТФСД.

2. Характеристика физических упражнений в физкультурно-спортивной деятельности

3. Физическая активность как фактор морфологического и функционального развития человека.

4.. Моделирование игр в адаптивной физической культуре (с учетом выбора вида адаптивной физической культуры).

**Раздел 5.** Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре.

1.Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре.

2. Методика организации и проведения игры в дартс (нозологическая группа, возраст, вид адаптивной физической культуры по выбору студента).

3. Нетрадиционные оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре.

4. Методика обучения и применения дыхательной гимнастики авторская методика и области ее применения по выбору студента).

5. Методика коррекции и профилактики нарушений функций зрительного анализатора (авторская методика и области ее применения по выбору студента).

**Раздел 6.** Технологии оздоровления различных систем организма человека.

1.Методика обучения и применения дыхательной гимнастики авторская методика и области ее применения по выбору студента).

2. Методика коррекции и профилактики нарушений функций зрительного анализатора (авторская методика и области ее применения по выбору студента).

3.Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой.

4. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко.

5. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса.

**Раздел 7.** Оздоровительные технологии, направленные на восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека.

1. Восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека средствами йоги.
2. Использование танцевальной терапии для оздоровления организма.
3. Применение системы Дж. Пилатеса в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
4. Методы реабилитации и самореабилитации при различных поражениях опорно-двигательного аппарата.

**Раздел 8.** Немедикаментозные средства восстановления в АФК.

1.Методы определения физической работоспособности и функциональные пробы, используемые для оценки физической подготовленности

2..Магнитотерапия как средство немедикаментозной реабилитации. Общая характеристика, способы применения, показания и противопоказания.

3. Металотерапия как средство немедикаментозной реабилитации. Общая характеристика, способы применения, показания и противопоказания.

4..Фитотерапия - роль фитотерапии в современной борьбе с болезнью, основные лекарственные растения и их применение, способы приготовления, показания к применению сборов лекарственных растений, наиболее часто употребляемых в лечебной практике.

5..Апитерапия - общая характеристика, мед и его производные, методика применения, показания и противопоказания.

6. .Диетотерапия – общая характеристика, классификация состава пищи, основные лечебные диеты и показания к ним.

**Раздел 9.** Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

1. Виды туризма.

2.. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата.

3 Противопоказания для участия в туристических мероприятиях по нозологическим группам.

4 Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики.

5. Основы туристической техники. Основы ориентирования на местности.

6. Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе.

**Раздел 10.** Физиолого-педагогическое нормирование нагрузки при занятиях АФК.

1.Оборудование мест, подготовка инвентаря и снаряжения для проведения занятий по ФСД.

2. Основные средства и методы развития физических качеств, направленных на совершенствование физической кондиции различных возрастных групп населения.

3. Методики определения уровня физического состояния и физической подготовленности занимающихся.

# 4. Особенности проведения занятий физической культуры с различными группами населения.

**Раздел 11.** Особенности проведения занятий ФСД с различными группами населения.

# 1.Особенности проведения занятий физической культуры с различными группами населения.

2.Методика проведения физкультурных занятий в детском, подростковом и юношеском возрасте.

3. Методика физической трени­ровки для здоровья с лицами зрелого и пожилого возраста.

4. Методика проведения тренировки с учетом половых различий на разных этапах онтогенеза.

5. Анализ физкультурных занятий с лицами различного пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья.

***2.2.Темы докладов-презентаций по дисциплине «Технологии физкультурно-спортивной деятельности»***

**Раздел 1.** Введение в специальность. Общие проблемы технологий ФСД.

1. Место и роль физкультурно-спортивной деятельности в формировании здорового образа жизни.

2. Терминология и классификация средств, применяемых в ТФСД.

3. Характеристика физических упражнений в физкультурно-спортивной деятельности.

4. Физическая активность человека на различных этапах онтогенеза

**Раздел 2.** Гимнастика для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

**1.** Методика построения комплекса аэробики для лиц, с отклонениями в состоянии здоровья.

**2.** Фитбол, аэробика в адаптивной физической культуре

**3.** Степаэробика в адаптивной физической культуре.

**4.** Шейпинг, как комплексная система физической культуры

**5.** Стретчинг, калланетика в адаптивной физической культуре.

**Раздел 3.** Коррекционно-развивающие игры в АФК.

1. Общая характеристика и социальная сущность игры.

2. Подвижные игры для людей с нарушением в развитии.

3.Методика развивающих игр для слабовидящих..

4. Методика развивающих игр для слабослышащих.

5. Игры в АФК для детей с синдромом Дауна.

**Раздел 4.** Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности

1. Виды гимнастики применяемые в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.

2. Адаптивное направление в аэробике.

3. Структура и содержание занятий аэробикой.

4. Особенности занятий оздоровительной аэробикой с различным контингентом.

**Раздел 5.** Нетрадиционные виды спорта в адаптивной физической культуре.

1. Методика организации и проведения игры в дарц.

2. Методика организации и проведения игры в городки.

3. Методика организации и проведения игры в бильярд.

**Раздел 6.** Технологии оздоровления различных систем организма человека.

1. Роль дыхания при проведении занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

2. Применение оздоровительной системы цигун в АФК.

3. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой.

4. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко.

5. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса.

**Раздел 7.** Оздоровительные технологии, направленные на восстановление функций опорно-двигательного аппарата человека.

1. Йога как система лечения и оздоровления организма человека.
2. Применение танцев в АФК.(танцевальная терапия).
3. Применение системы Дж. Пилатеса в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
4. Методы реабилитации и самореабилитации при различных поражениях опорно-двигательного аппарата.

**Раздел 8.** Немедикаментозные средства восстановления в АФК.

1.Магнитотерапия как средство немедикаментозной реабилитации.

2. Общая характеристика, способы применения, показания и противопоказания.

3. Металотерапия как средство немедикаментозной реабилитации.

4. Общая характеристика, способы применения, показания и противопоказания.

5..Фитотерапия - роль фитотерапии в современной борьбе с болезнью, основные лекарственные растения и их применение.

6.Способы приготовления, показания к применению сборов лекарственных растений, наиболее часто употребляемых в лечебной практике.

7.Апитерапия - общая характеристика.

8.Мед и его производные, методика применения, показания и противопоказания.

**Раздел 9.** Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

1. Виды туризма в РФ (спортивный, оздоровительный, экскурсионный). Социальный туризм в обществе глухих и слепых.

2. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата.

3. Особенности организации реабилитационного туризма. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях.

4. Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики.

5. Техника безопасности в туризме. Семейный туризм среди людей с отклонениями в состоянии здоровья. Основы туристической техники. Основы ориентирования на местности.

6. Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе.

**Раздел 10.** Физиолого-педагогическое нормирование нагрузки при занятиях АФК.

**1.** Методы изучения и измерения здоровья.

**2.** Физиолого-педагогическое нормирование нагрузок для занимающихся физкультурой

**3.** Технико-тактическое мастерство, развитие специальных физических и волевых качеств.

 (велоэргометра).

**Раздел 11.** Особенности проведения занятий ФСД с различными группами населения.

1.Организация и методика проведения физкультурных занятий в детском, подростковом и юношеском возрасте.

2. Особенности организации и проведения физической трени­ровки для здоровья с лицами зрелого и пожилого возраста.

3. Особенности организации и проведения тренировки с учетом половых различий на разных этапах онтогенеза.

4. Приобретение умений, навыков педагога по проведению и анализу физкультурных занятий с лицами различного пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья.

***2.3.* Тематика курсовых работ по ТФСД.**

1.Физическая активность человека и возрастные изме­нения в его физическом развитии и физической подготовленности

2. Аэробика как вид ТФСД. История возникновения и развития.

3..Содержание физической активности детей грудного возраста, раннего, первого и второго детства, подросткового, юношеского, зрелого, пожилого и старческого возраста.

 4. Оборудование мест, подготовка инвентаря в АфК.

5.. Структура и содержание занятий оздоровительными видами аэробики.

6.. Отличительные особенности подбора и моделирования игр в АФК.

7. Совершенствование двигательных умений и навыков у детей подросткового и юношеского возраста в технике передвижения на лыжах, коньках, спор­тивных и подвижных играх зимой.

8. Особенности занятий аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности.

9. Методика организации и проведения игры в дарц.

10. Совершенствование технической подго­товленности и развитие физических качеств в зрелом возрасте.

11. Особенности применения оздоровительной аэробики с лицами, имеющими нарушения ОДА.

12. Шейпинг, как комплексная система адаптивной физической культуры.

13. Техника базовых видов спорта, их специально-подготовительные упражнения

14. Изучение и совершенствование техники элементов зимних видов спорта, применяемых в физкультурных занятиях.

15. Использование аэробики в работе со слепыми и слабовидящими людьми.

16.. Техника ходьбы на лыжах. Основные элементы скользящего шага. Техника способов ходов, переходов, спусков с гор. Способы преодоления подъемов. Торможение, повороты на месте и в движении.

17.. Техника катания на коньках. Положение фигуриста во время скольжения. Скольжение по дугам и прямой. Скольжение на одной и двух ногах, вперед и назад. Отталкивание но­гами, повороты, торможение. Элементы вращательных движений и прыжков

18. Оборудование мест, подготовка инвентаря и снаряжения для проведения занятий по ФСД.

19.. Основы контроля и самоконтроля в процессе занятий аэробикой лиц, имеющих ограниченные возможности.

20. Основные элементы техники игры в хоккей, передвижение на конь­ках, держание клюшки, ведение, броски и остановка шайбы. Подвижные игры зимой: на санках, коньках и лыжах.

21. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры

22. Терминология и классификация средств, применяемых в АФК.

23. Гигиена питания при занятиях фитнесом.

24. Организация и методика проведения занятий по степ-аэробики с лицами, имеющими ограниченные возможности.

25.Воспитание физических качеств. Физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовка.

26. Медико-педагогические основы физической культуры и рекреации

27 Подвижные игры, включающие бег, прыжки, метание.

28. Техника игры в волейбол – техника подачи, приема, передачи, блокирования мяча, атакующего удара, перемещений.

29.Приобретение умений и навыков педагога по проведению подготовительной и заключительной частей занятия .

30. Оборудование мест, подготовка инвентаря и снаряжения для проведения занятий и соревнований по АФК.

31. Методика организации и проведения игры в городки.

32..Роль дыхания при проведении занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

33. Овладение навыками показа и объяснения отдельных упражнений, техники их выполнения. Подбор и использование общеразвивающих упраж­нений при проведении занятий.

34. Формирование двигательных навыков в ходьбе, беге, плавании, лыжных гонках, подвижных и спор­тивных играх

35.Методика организации и проведения спортивных праздников и фестивалей с лицами, имеющими ограниченные возможности.

36. Применение оздоровительной системы цигун в АФК.

37. Виды гимнастики применяемые в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.

***2.4.Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций***

Оценка качества освоения дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

*Текущая аттестация* – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль (текущая аттестация) представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущей успеваемости по дисциплине «ТФСД» относятся:

1. **Собеседование, устный опрос** - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы студента.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

2. **Доклад-презентации.**

**Доклад –** Результатсамостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.

**Презентация** – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов и спецэффектов, подготовленных в выбранной программе.

**Критерии оценки:**

**- оценка «5 баллов»** выставляется обучающемуся если содержание доклада и презентации соответствует заявленной в названии тематике; доклад и презентация оформлены в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями оформления докладов и презентаций; при изложении доклад имеет чёткую композицию и структуру; в подаче материала отсутствуют логические нарушения; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада и список использованной литературы; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «4 балла»** выставляется обучающемуся если содержание доклада и презентации соответствует заявленной в названии тематике; доклад и презентация оформлены в соответствии с общими требованиями написания доклада, но есть погрешности в техническом оформлении доклада или презентации; при изложении доклад имеет чёткую композицию и структуру; в подаче материала отсутствуют логические нарушения; представлен анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада и список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «3 балла»** выставляется обучающемуся если содержание доклада и презентации соответствует заявленной в названии тематике; в докладе и презентации отмечены нарушения общих требований написания доклада и оформления презентаций; есть погрешности в техническом оформлении; в целом доклад имеет чёткую композицию и структуру, но в подаче доклада есть логические нарушения материала; не представлен анализ найденного материала, в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть частые лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и орфографические, пунктуационные, грамматические, в тексте;

**- оценка «2 балла»** выставляется обучающемуся если в целом содержание доклада и презентации соответствует заявленной в названии тематике; в докладе и презентации отмечены нарушения общих требований написания доклада и оформления презентаций; есть ошибки в техническом оформлении; в подаче доклада и презентации есть нарушения композиции и структуры; есть логические нарушения в представлении материала; отсутствует анализ найденного материала; не в полном объёме представлен список использованной литературы, есть ошибки в его оформлении; некорректно оформлены и не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть регулярные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении, орфографические, пунктуационные, грамматические в тексте.

**Требования к курсовым работам**– представление студентом наработанной информации по теме курсовой работы в виде набора слайдов и спецэффектов, подготовленных в выбранной программе.

**Критерии оценки:**

**- оценка «5 баллов»** выставляется обучающемуся если содержание материала соответствует заявленной в названии тематике; оформлены в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями оформления докладов и презентаций;; в подаче материала отсутствуют логические нарушения; представлен качественный анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте и список использованной литературы; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «4 балла»** выставляется обучающемуся если содержание материала соответствует заявленной в названии тематике; оформление в соответствии с общими требованиями написания доклада, но есть погрешности в техническом оформлении; при изложении содержание имеет чёткую композицию и структуру; в подаче материала отсутствуют логические нарушения; представлен анализ найденного материала; корректно оформлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада и список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;

**- оценка «3 балла»** выставляется обучающемуся если содержание соответствует заявленной в названии тематике; отмечены нарушения общих требований написания и оформления; есть погрешности в техническом оформлении; в целом доклад имеет чёткую композицию и структуру, но в подаче курсовой есть логические нарушения материала; не представлен анализ найденного материала, в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть частые лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и орфографические, пунктуационные, грамматические, в тексте;

**- оценка «2 балла»** выставляется обучающемуся если в целом содержание соответствует заявленной в названии тематике; отмечены нарушения общих требований написания доклада и оформления курсовых работ; есть ошибки в техническом оформлении; в подаче материала есть нарушения композиции и структуры; есть логические нарушения в представлении материала; отсутствует анализ найденного материала; не в полном объёме представлен список использованной литературы, есть ошибки в его оформлении; некорректно оформлены и не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте доклада; есть регулярные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении, орфографические, пунктуационные, грамматические в тексте.

***Промежуточная аттестация***– оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины. Форма промежуточной аттестации – зачет, экзамен

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации с целью подведения итогов освоения студентами всего объема дисциплины образовательной программы, оценки прочности теоретических знаний и практических навыков.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

- оценка «зачтено» выставляется, если представленный доклад соответствует предъявленным требованиям к его оформлению и изложению;

- оценка «не зачтено» выставляется, если: студент проигнорировал данный вид работы; представленный доклад не отвечает предъявленным требованиям к его оформлению или изложению

**Критерии оценки экзамена:**

 *«Отлично»* выставляется за грамотно изложенную теоретическую основу, глубокий анализ, логичное, последовательное изложение материала, студент показывает глубокие знания вопросов, четко отвечает на поставленные вопросы.

*«Хорошо»* выставляется за грамотно изложенную теоретическую основу, последовательное изложение материала, студент показывает знания вопросов, но с незначительными затруднениями отвечает на поставленные вопросы.

*«Удовлетворительно»* выставляется за непоследовательность изложения материала, При ответах студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не дает полного аргументированного ответа на заданные вопросы.

*«Неудовлетворительно»* выставляется за непоследовательность изложения материала, студент затрудняется ответить на поставленные вопросы, не владеет теорией вопроса.