

Министерство просвещения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ им. И.С. Ярыгина
КАФЕДРА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Адаптивная физическая культура

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая
культура с основами безопасности жизнедеятельности

Квалификация (степень): бакалавр
Форма обучения
заочная

Красноярск 2023

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная физическая культура» составлена, к.б.н., доцентом Турыгиной О.В.

РПД обсуждена на 2021-22 учебный год на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности «12» мая 2021 г., протокол № 9



и. о. заведующий кафедрой

Н.Н. Казакевич

Одобрено научно-методическим советом
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева» 21 мая 2021 г., протокол №6



М.И. Бордуков

РПД актуализирована на 2022-23 учебный год на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности «04» мая 2022 г., протокол № 9



и. о. заведующий кафедрой

Н. Н. Казакевич

Одобрено научно-методическим советом
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева» 12 мая 2022г., протокол №7



Т.А. Кондратьюк

Пояснительная записка

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная физическая культура» для подготовки обучающихся по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4.12.2015 г. № 1426 (зарегистрировано в Минюсте России 16.01.2016 г. № 40536), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9.02.2016 г. № 91 (зарегистрировано в Минюсте России 2.03.2016 г. № 41305), профессиональным стандартом «Педагог», утверждённого приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 544н (зарегистрированного в Минюсте России 6.12.2013 № 30550).

Дисциплина «Адаптивная физическая культура» входит в блок естественно-научных дисциплин учебного плана подготовки бакалавров и изучается в 9 семестре.

- **Трудоемкость дисциплины** составляет 2з.е. (72ч), 8 часов отведено на контактную работу, из них 4 ч лекций, 4 ч семинаров; на самостоятельную работу студента отведено 56 ч. В соответствии с учебным планом дисциплина проводится в 9-ом семестре. Форма контроля – зачет.

РПД состоит из: технологической карты дисциплины, карты литературного обеспечения дисциплины, технологической карты рейтинга дисциплины, фонда оценочных средств, методических рекомендаций. Технологическая карта рейтинга определяет количество баллов и формы работы. Карта литературного обеспечения включает перечень основной и дополнительной литературы. В нашем случае и обязательная, и дополнительная литература, связанная со спецификой дисциплины. Помимо этого содержится информация о количестве учебников в библиотеке КГПУ им. В.П. Астафьева. Фонд оценочных средств включают банк контрольных вопросов по дисциплине, темы рефератов.

- **Целью дисциплины является** – освоение теоретических и практических основ адаптивной физической культуры.
- **Планируемые результаты обучения представлены в таблице 1.**

Планируемые результаты обучения

ОПК-1 – Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными и правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной деятельности.

Таблица № 1

№ п.п.	Индекс компе- тенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся			
			должны знать	должны уметь	должны владеть	
1.	ОПК-1	Готовностью использовать систематизированные теоретические	- средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции со-	-создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность	- методами и средствами	
					вами	спортивно
					массажа;	
					-	организовывать
№ п.п.	Индекс компе- тенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся			
			должны знать	должны уметь	должны владеть	
		и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования.	стояния занимающихся с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния на основе данных для контроля над функциональным состоянием занимающихся;	культуру здоровья и здорового образа жизни детей и подростков, обучающихся образовательных учреждениях;	мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; средствами и методами профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся.	

Контроль результатов освоения дисциплины. Для текущего контроля успеваемости применяется: посещение лекций, подготовка к семинарам, выполнение домашних практических заданий, подготовка доклада.

Форма контроля – общий зачет по дисциплине. Оценочные средства результатов освоения дисциплины представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины: современное традиционное обучение (лекционно-семинарская зачетная система); педагогика сотрудничества, гуманно-личностная технология, интерактивные технологии (дискуссии, дебаты, проблемный семинар).

Технологическая карта обучения дисциплине

Адаптивная физическая культура
(общая трудоемкость 2 з.е.)

Направления подготовки 44.03.01 Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности

очная форма обучения

Наименование разделов и тем			Всего часов	Аудиторных часов			Внеаудиторных часов
дисциплины				всего	лекций	семинаров	
Введение в организацию	в предмет: задачи	восстановительная	19				1
медицины.							
Спортивные травмы, причины и их профилактика.	Специфика						
спортивных травм в различных видах спорта. Наиболее часто встречающиеся спортивные травмы.			22	3	2	2	15
		Медицинская					
спортивная		реабилитация					
Особенности травмы у юных спортсменов.		заболевания					
Понятие	об утомлении		22	6		2	20
Обоснование		системы					
восстановления в спорте.		Педагогические,					

физические средства и методы		9	4				
восстановления	спортивно						
работоспособности. Спортивный	й						
массаж;	физиологическое						
действие массажа на организм.	е						
Гигиена	спортивного массажа.						
Виды спортивного массажа.							
Форма итогового контроля							
Всего:		72	14	4	4		50
		(2,0)					

Содержание теоретического курса

- **Предмет, задачи и организация адаптивной физической культуры.**

Использование средств физической культуры для укрепления здоровья, предупреждения заболеваний, восстановления здоровья. Предупреждение заболеваний и травм, связанных с занятиями физической культурой и спортом. Проблема гипокинезия. Спортивная медицина как составная часть советской системы здравоохранения, физического воспитания, физической культуры и спорта.

Основные формы и методы работы. Медицинское обследование занимающихся физической культурой и спортом. Первичные, повторные, дополнительные обследования. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами.

Врачебные консультации. Врачебно-педагогические наблюдения. Санитарно-гигиенический контроль за занятиями физической культурой и спортом. Врачебно-физкультурные диспансеры, кабинеты: их задачи, структура, организация работы. Ведомственная врачебно-физкультурная служба. Особенности медицинского обеспечения юных спортсменов.

- **Основы общей и спортивной патологии. Заболевания и травмы.**

Понятие о здоровье и болезни. Этиология и патогенез заболеваний. Физические, химические, биологические, социальные причины болезни. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофия. Причины, вызывающие их и механизм развития. Регенерация тканей. Заживление ран. Восстановление структуры нервной, мышечной костной тканей после травм. Понятие о реактивности организма, иммунитете, аллергии, механизмы их развития, влияние на них физических упражнений.

Взаимосвязь состояния здоровья и тренированности. Состояние здоровья при достижении высокой спортивной формы. Причины заболеваний у спортсменов. Причины, непосредственно не связанные со спортом: инфекции, отравления, наследственные факторы и др. Причины, непосредственно связанные со спортом: нарушение тренировочного режима, недостаточная тренированность, гигиеническое состояние спортивных сооружений, обуви и т.д., Заболеваемость и спортивная

специализация.

Спортивные травмы, причины и их профилактика. Специфика спортивных травм в различных видах спорта. Наиболее часто встречающиеся спортивные травмы. Медицинская и спортивная реабилитация. Особенности заболевания и травмы у юных спортсменов.

- **Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма.**

Регулярные занятия спортом, соответствующие возрастным анатомо-физиологическим особенностям детей ведут к функциональному совершенствованию нервной, эндокринной, сердечно-сосудистой и др. систем. В процессе систематических тренировок вырабатываются более тонкие механизмы согласованных функций анализаторных систем, обеспечивающих возможности тонкого анализа внешних воздействий, положения частей тела в пространстве и др. Чрезмерные физические нагрузки, перенапряжения могут быть причиной неблагоприятного воздействия на организм.

- **Средства восстановления спортивной работоспособности.**

Понятие об утомлении. Обоснование системы восстановления в спорте. Педагогические, психологические, фармакологические и физические средства и методы восстановления спортивной работоспособности.

Спортивный массаж; физиологическое действие массажа на организм. Гигиена спортивного массажа. Виды спортивного массажа. Принципы и правила тейпирования.

Водные процедуры: душ, ванны, парная, баня, сауна.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов.

Степень освоения учебной дисциплины отражается рейтинговыми баллами, набранными студентами за различные виды работы и складывается из рейтинга за самостоятельную работу, аудиторную и результатов прохождения контрольных мероприятий.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуем придерживаться следующих советов:

- Регулярно посещать аудиторные занятия.
- Активно работать на семинарских занятиях (участвовать в обсуждении поставленных вопросов на основании ранее полученных знаний), добросовестно выполнять другие виды самостоятельных и творческих работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины.
- Во время прохождения тестирования стремиться к тому, чтобы ответить правильно на все вопросы теста, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите за тест.
- Во время сдачи экзамена отвечать на поставленный вопрос билета развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.

Карта литературного обеспечения дисциплины (включая электронные ресурсы)

Адаптивная физическая культура
(общая трудоемкость 2 з.е.)

Направления подготовки 44.03.01 Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности

заочная форма обучения

Наименование	Место хранения/
	электронный адрес
Основная литература	
<p>Макарова, Галина Александровна. Спортивная медицина [Текст] : учебник / Г.А. Макарова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Советский спорт, 2006. - 480 с. : ил. - ISBN 5-9718-0169-4</p>	Научная библиотека
<p>Дубровский, В. И. Спортивная медицина [Текст] : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / В.И. Дубровский. - 2-е изд., доп. - М. : ВЛАДОС, 2002. - 512 с. - ISBN 5-691-01006-9 : 112.48, 44</p>	Научная библиотека
<p>Детская спортивная медицина [Текст] : учебное пособие / Ред. Т. Г. Авдеева, И. И. Бахрах, Сост. Т. Г. Авдеева. -4-е изд., испр. и доп. - Ростов н/Д : "Феникс", 2007. - 320 с. - (Медицина для Вас). - ISBN 978-5-222-11401-8</p>	Научная библиотека
Дополнительная литература	
<p>Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата [Текст] : научно-популярная литература / ред. Н. А. Гросс. - М. : Советский спорт, 2005. - 235 с. - (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - ISBN 5-9718-0011-6 :248</p>	Научная библиотека

<p>Макарова, Галина Александровна. Лабораторные показатели в практике спортивного врача [Текст] : справочное руководство / Г. А. Макарова, Ю. А. Холявко. - М. : Советский спорт, 2006. - 200 с. - ISBN 5-9718-0132-5</p>	<p>Научная библиотека</p>
<p>Информационные справочные системы и профессиональные базы данных</p>	
<p>Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.</p>	<p>Научная библиотека</p>
<p>Elibrary.ru [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000. – Режим доступа: http://elibrary.ru.</p>	<p>http://elibrary.ru</p>
<p>East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011.</p>	<p>https://dlib.eastview.com/</p>
<p>Межвузовская электронная библиотека(МЭБ)</p>	<p>https://icdlib.nspu.ru/</p>

Согласовано:

заместитель директора библиотеки



/ Шулипина С.В. /

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура)	Количество зачетных единиц (кредитов)
Современные оздоровительные технологии и системы	44.03.01 – Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности Название программы/ профиля (бакалавриат)	6
	Смежные дисциплины по учебному плану	
	Предшествующие: школьный курс по биологии	
	Последующие: спортивная медицина, лечебная физическая культура	

ВХОДНОЙ РАЗДЕЛ (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы*	Количество баллов 5 %	
		min	max
	Тестирование	3	5
Итого		3	5

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1			
	Форма работы*	Количество баллов 50 %	
		min	max
Текущая работа	Групповая работа (проект)	3	5
	Доклад	3	5
	Разработка презентации доклада	3	5
	Индивидуальное домашнее задание	1	2
	Письменная работа (аудиторная)	2	3
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	6	10
Итого		18	30

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2			
	Форма работы*	Количество баллов 40 %	
		min	max
Текущая работа	Групповая работа (проект)	3	5
	Доклад	3	5

	Разработка презентации доклада	3	5
	Индивидуальное домашнее задание	1	2
	Письменная работа (аудиторная)	2	3
Промежуточный	Тестирование	6	10

рейтинг-контроль			
Итого		18	30

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3			
	Форма работы*	Количество баллов 40 %	
		min	max
Текущая работа	Групповая работа	3	5
	(проект)		
	Доклад	3	5
	Разработка презентации	3	5
	доклада		
	Письменная работа	2	3
	(аудиторная)		
	Индивидуальная работа	1	2
Промежуточный	Тестирование	6	10
рейтинг-контроль			
Итого		18	30

ИТОГОВЫЙ МОДУЛЬ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 20%	
		min	max
Итоговый рейтинг-контроль	Экзамен по модулю	3	5

Итого 3 5

БМ №1 Тема № 2 Составление
библиографии по теме
Тестирование

БМ № 2 Тема № 4

.....*Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
60-72	3 (удовлетворительно)
73-86	4 (хорошо)
87-100	5 (отлично)

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**«Красноярский государственный педагогический университет
им В.П. Астафьева»**

Институт физической культуры, спорта и здоровья имени И.С. Ярыгина

**Кафедра медико-биологических основ физической культуры и безопасности
жизнедеятельности**

Утверждено на заседании кафедры
МБОФКиБЖ
Протокол № 9
От «04» мая 2022 г.
и.о. зав.каф. МБОФКиБЖ
Н. Н. Казакевич

Одобрено на научно-методическом
совете ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина
Протокол № 7
От « 12» мая 2022 г.
Председатель



Т.А. Кондратюк

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Адаптивная физическая культура

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы Физическая
культура с основами безопасности жизнедеятельности

Назначение фонда оценочных средств

• **Целью** создания ФОС дисциплины Адаптивная физическая культура является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС по дисциплине решает **задачи**:

- управление и контроль за процессом формирования компетенций бакалавров, определенных ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам профессиональной педагогической деятельности через совершенствование форм и технологий обучения в образовательном процессе института.
- **ФОС разработан на основании нормативных документов:**
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- приказ Минтруда России № 544н от 18 октября 2013 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

• **Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины**

• **Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины**

• Способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-2)

• Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-2)

• **Оценочные средства**

Компетенция	Дисциплины,	Типы контроля	Оценочное средство/КИМы	
	практики участвующие в формировании		Номер	Форма
	компетенции			
- способностью обеспечивать в процессе	Основы ЗОЖ и гигиена	Текущий контроль	1	Устный опрос
	Анатомия и возрастная		1	Письменная
профессионально й деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и	физиология. Производственная практика - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	Промежуто чная	2	работа по разделам дисциплины, устный опрос
				аттестация
гигиенических правил и норм, проводить профилактику	Подготовка к защите и защита выпускной			работа по разделам дисциплины
травматизма, оказывать	квалификационной работы		3,4	Краткое
первую доврачебную помощь (ОПК-7) - способностью				сообщение, экзамен
оценивать физические				
способности и				
функциональное				
состояние обучающихся,				
технику выполнения физических (ОПК-5)				
	Физическая культура и	Текущий	1	Устный опрос
способностью использовать	спорт Основы ЗОЖ и гигиена Легкая атлетика Плавание	контроль	1	Письменная работа по разделам
приемы первой помощи, методы				
защиты в условиях	Туризм			дисциплины,
чрезвычайных ситуаций –(ОК-9)	Спортивная медицина			устный опрос
Способность реализовывать	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	Промежуто чная аттестация	2	Письменная работа по разделам дисциплины
систему отбора и спортивной			3,4	Краткое сообщение, зачет
ориентации в избранном виде спорта				
использованием				
современных				
методик				

по				
определению				
антропометрических,				
физических				
и				
психических				
особенностей				
обучающихся (ПК-10)				

- **Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации**
- Фонды оценочных средств включают: вопросы к экзамену.
- Оценочные средства
- Критерии оценивания по оценочному средству 1 – **вопросы к зачету**, разработчик Турыгина О.В.

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов) удовлетворительно/зачтено
- способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7)	Обучающийся на высоком уровне способен использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста .	Обучающийся на среднем уровне способен использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста
- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику	Обучающийся на высоком уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и	Обучающийся на среднем уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и

выполнения физических упражнений (ОПК-5)	норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.
--	--	--	---

*Менее 60 баллов компетенция не сформирована.

• **Фонды оценочных средств для текущего контроля успеваемости**

4.1. Фонды оценочных средств включает: устный опрос, практические задания, доклад. Разработчик Турыгина О.В.

• Критерии оценивания по оценочному средству **1 – устный опрос.**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Знает теоретическое содержание разделов предмета	2
Четко, последовательно излагает учебный материал	1
Отвечает на заданные вопросы	1
Максимальный балл	4

• Критерии оценивания по оценочному средству **2 – практические задания.**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Правильных ответов 90-100%	5
Правильных ответов 70-89%	4
Правильных ответов 60-69%	3
Правильных ответов менее 60%	1-2

• Критерии оценивания по оценочному средству **3 – доклад.**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полный ответ в соответствии с темой	2
Отвечает на заданные вопросы	2
Максимальный балл	4

• **Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы) для промежуточной аттестации**

5.1. Вопросы к зачету по дисциплине « Адаптивная физическая культура»

1. Адаптивное физическое воспитание различных слоев населения.
2. Роль и место научной и методической деятельности в сфере адаптивной физической культуре.
3. Значение науки в профессиональной деятельности педагога по адаптивной физической культуре.
4. Перспективы развития научных исследований в адаптивной физической культуре и спорту. Основная проблематика научных исследований.
5. Структура методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения
6. Разработка методического обеспечения организации и проведения физкультурно-

оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий.

7. Документы, регламентирующие организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

8. Методика планирования и проведения физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий.

9. Методика планирования и проведения спортивно-массовых мероприятий с различными возрастными группами населения

10. Этапы изучения, обобщения и распространения педагогического опыта в сфере адаптивной физической культуры

11. Сущность и специфика педагогического опыта в области адаптивной физической культуры.

12. Анализ и самоанализ опыта профессионально-педагогической деятельности педагога в области адаптивной физической культуры.

13. Организация АФВ лиц с отклонениями в состоянии здоровья 14. Методы и формы организации АФК

15. Основные понятия и термины АФК Характеристика основных видов АФКМ

16. Методические аспекты АФК

17. Задачи, средства, методы и формы организации АФК.

18. Общие особенности реализации принципов ФВ в АФК.

19.

Организация и общая характеристика АФК

20. Основные опорные концепции теории АФК, понятия и термины.

21. Общие особенности реализации принципов физического воспитания в АФК.

Педагогические задачи АФК.

22. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

23. Социально-биологические основы физической культуры.

24. Основы здорового образа жизни студента.

25. Физическая культура и обеспечение здоровья.

26. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

27. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

28. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.

29. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

30. Участие студентов в Параолимпийском движении.

31. Нетрадиционные виды спорта и системы физических упражнений.

32. Оздоровительные системы физических упражнений по выбору цикла общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

33. Особенности занятий по избранному виду спорта или системой физических упражнений.

34. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание).

35. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.

36. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание, прогулка на лыжах и т.д.).

37. Основы методики самомассажа.

38. Методика корригирующей гимнастики для глаз.

39. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.

40. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.

41. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).

42. Методика проведения учебно-тренировочного занятия.

43. Методы самооценки физической подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания).

44. Методика индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств.

**Карта материально-
технической базы дисциплины
Адаптивная физическая
культура
для студентов
образовательной
профессиональной
программы** Направление
подготовки: 44.03.01
Педагогическое образование
направленность (профиль)
образовательной программы Физическая культура с основами
безопасности жизнедеятельности

Аудитория	Кол-во посадочных мест, рабочих мест	Перечень используемого оборудования	Кафедра, за которой закреплена аудитория/помещение с указанием	В том числе приспособленных для использования инвалидами	Перечень лицензионных Реквизиты подт
ответственного лица и лицами с ОВЗ					
для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования					
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89	Л е б е д е в о й ,	660049, Красноярский край,	24	80	контроля успеваемости и промеж
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89	а у д · 1 - 4 9		10		
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады			100		

Маркерная доска-1 шт., компьютер-1 шт., экран-1 шт., проектор-1 шт., макеты скелета человека, макеты органов человека, макеты мышц человека, учебные таблицы по анатомии и физиологии человека	Кафедра теории и методики медикобиологических основ и БЖ, Казакевич Н.Н	Кафедра теории и методики медикобиологических основ и БЖ, Казакевич Н.Н	Да Linux Mint – (Свободная
Учебная доска-1 шт., массажная кушетка-1 шт., велотренажер-1 шт., ширма-1 шт.	Кафедра теории и методики медикобиологических основ и БЖ, Казакевич Н.Н.		Да Linux Mint – (Свободная
Проектор – 1 шт., экран 1 шт., компьютер-1 шт., маркерная доска- 1 шт.	Кафедра теоретических основ физического воспитания, Сидоров Л.К		Да Linux Mint – (Свободная
Проектор - 1 шт., экран- 1 шт., компьютер-1 шт., маркерная доска-	Кафедра теоретических основ физического воспитания, Сидоров Л.К		

г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-50		1 шт.	основ и БЖ, Казакевич Н.Н.		
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-51	30	Экран-1шт, проектор-1шт, учебная доска-1шт.	Кафедра теоретических основ физического воспитания ,Сидоро в Л.К	Да	Нет
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-52	30	Маркерная доска- 1шт., компьютер-1шт., проектор-1 шт., экран- 1шт.	Кафедра теории и методики медико- биологических основ и БЖ, Казакевич Н.Н.	Да	Linux Mint – (Свободная
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-56	30	Маркерная доска-1шт., учебная доска-1шт.	Кафедра теории и методики медико- биологических основ и БЖ, Казакевич Н.Н.	Да	Нет
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-57 Учебно- исследовательская лаборатория института физической культуры, спорта и здоровья	15	Маркерная доска-1шт., компьютер-4шт., принтер-2шт., телевизор- 1шт., МФУ-1 шт., VELOERGO – 1шт., DVD-1шт., массажная кушетка-2шт., учебно- методическая литература, лабораторное оборудование (валента, спирометр, электрокардиограф, тонометр и др.)	Кафедра теории и методики медико- биологических основ и БЖ, Трусей И.В.	Да	Linux Mint – (Свободная

им. И.С.Ярыгина					
для самостоятельной работы					
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд. 1-05 Центр самостоятельной работы	60	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт.	Директор научной библиотеки, Баймухаметова В.П.	Да	Microsoft® Windows® Н AcademicEdition Legaliz № контракт № Tr00005802 Kaspersky Endpoint Secu 190415-050007- 883-951; 7-Zip - (Свободная лице Adobe Acrobat Reader – (Google Chrome – (Свобо Mozilla Firefox – (Свобо LibreOffice – (СвободнаяXnView – (Свободная лиJava – (Свободная лицен VLC – (Свободная лиценГарант - (договор № КР КонсультантПлюс (дого 30.06.2016)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд.1-04 Абонемент научной литературы	4	Компьютер-2шт.	Директор научной библиотеки, Баймухаметова В.П.	Да	Альт Образование 8 (лиц № ДС 14-2017 от 27.12.2
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд.1-01 Зал каталогов научной библиотеки	22	Компьютер-3шт.	Директор научной библиотеки, Баймухаметов В.П.	Да	Альт Образование 8 (лиц № ДС 14-2017 от 27.12.2

660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд.1-03 Зал	12	Компьютер-Зшт., МФУ-Зшт., рабочее место для лиц с ОВЗ (для слепых и слабовидящих)	Директор научной библиотеки, Баймухаметова В.П.	Да	Альт Образование 8 (лиц № ДС 14-2017 от 27.12.2
--	----	---	---	----	--

для научной работы					
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 ауд.1-34 Ресурсный центр	20	Компьютер- 4шт.	Директор научной библиотеки, Баймухаметова В.П.	Да	Microsoft® Windows® Н AcademicEdition Legaliza контракт № Tr000058029 Kaspersky Endpoint Secu 190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лице Adobe Acrobat Reader – (Google Chrome – (Свобо Mozilla Firefox – (Свобо LibreOffice – (Свободная XnView – (Свободная ли Java – (Свободная лицен VLC – (Свободная лицен Гарант - (договор № КР КонсультантПлюс (дого 30.06.2016)