

УТВЕРЖДАЮ

Ректор



В.А. Аликин

03.03.2023 г.

КУЛЬТУРА СПОРТА

Адаптивная физическая культура для лиц с ОВЗ

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Кафедра Общеобразовательных дисциплин**

Учебный план БО21_48.03.01_1.plx
48.03.01 Теология

Квалификация **Академический бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 360

в том числе:

аудиторные занятия 360

самостоятельная работа 0

контактная работа во время 0

промежуточной аттестации (ИКР) 0

Виды контроля в семестрах:

зачеты 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Неделя	20 2/6		21 4/6		20		19 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Практические	90		90		90		90		360	
Итого ауд.	90		90		90		90		360	
Контактная работа	90		90		90		90		360	
Итого	90		90		90		90		360	

Программу составил(и):

Д.м.н., профессор, MBA, магистр психолого-педагогического образования (ОГА) Калягин Алексей Николаевич

Рецензент(ы):

PhD, Ректор, Аликин Валерий Александрович

Рабочая программа дисциплины

Адаптивная физическая культура для лиц с ОВЗ¹

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология (приказ Минобрнауки России от 25.08.2020 г. № 1110)

составлена на основании учебного плана:

48.03.01 Теология

утвержденного учёным советом вуза от 03.03.2023 протокол № 02-УС

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Кафедра Общеобразовательных дисциплин

Протокол от 03.03.2023 г. № 11

Зав. кафедрой Беляев А.А.

Согласовано с представителями работодателей на заседании Отдела по религиозному образованию Российского союза евангельских христиан-баптистов, протокол № 01-03/91 от 23.03.2023 г.

¹ ОВЗ – ограниченные возможности здоровья

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель освоения дисциплины – освоение следующих компетенций: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.05.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Основы дефектологии и инклюзивная практика

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы
	Раздел 1. Общие представления о здоровом образе жизни, техника и методика лечебной гимнастики				
1.1	Здоровый образ жизни и его формирование в молодёжной среде /Пр/	3/2	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
1.2	Самоконтроль состояния здоровья и физического развития. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки /Пр/	3/2	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
1.3	Планирование и комплексный (медико-психолого-педагогический) контроль за состоянием занимающихся /Пр/	3/2	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
1.4	Лечебная гимнастика. Классификация упражнений, методика проведения занятий, техника безопасности при проведении занятий /Пр/	3/2	65	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
1.5	Зачётное занятие /Зачёт/	3/2	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
	Раздел 2. Адаптивная физическая культура, техника и методика лечебной физкультуры				
2.1	Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры /Пр/	4/2	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
2.2	Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья. /Пр/	4/2	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
2.3	Лечебная физкультура. Классификация упражнений, методика проведения занятий, техника безопасности при проведении занятий. /Пр/	4/2	65	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
2.4	Зачётное занятие /Зачёт/	4/2	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3

	Раздел 3. Особенности адаптивной физической культуры при различных нарушениях функции, техника и методика аэробики для лиц с ОВЗ				
3.1	Адаптивная физическая культура для обучающихся с нарушениями зрения /Пр/	5/3	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
3.2	Адаптивная физическая культура для обучающихся с нарушениями слуха. /Пр/	5/3	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
3.3	Адаптивная физическая культура для обучающихся с ограничением двигательных функций /Пр/	5/3	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
3.4	Классическая (базовая аэробика) для лиц с ОВЗ. Классификация упражнений, методика проведения занятий, техника безопасности при проведении занятий. /Пр/	5/3	65	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
3.5	Зачётное занятие /Зачёт/	5/3	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
	Раздел 4. Оздоровительные программы, паралимпийское движение, техника и методика хатха-йоги				
4.1	Принципы и методики построения оздоровительных программ. /Пр/	6/3	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
4.2	Паралимпийское движение и паралимпийский комитет России /Пр/	6/3	10	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
4.3	Спортивные настольные игры (шахматы, шашки и др.) /Пр/	6/3	65	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3
4.4	Зачётное занятие /Зачёт/	6/3	5	УК-7.1, УК-7.2	Л1.1 Л2.1 Л 2.2 Э1 Э2 Э3

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Понятие "здоровье", его содержание и критерии.
2. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
4. Здоровый образ жизни студента.
5. Влияние окружающей среды на здоровье.
6. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
7. Виды диагностики, ее цели и задачи.
8. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.
9. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития и физической подготовленности.
10. Педагогический контроль, его содержание и виды.
11. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.
12. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.
13. Дневник самоконтроля.
14. История возникновения и развития шахматной игры.
15. Обучение и совершенствование решений шахматных партий, задач и этюдов.
16. Современное состояние шахмат.
17. Общее понятие о физической рекреации.
18. Техничко-тактические особенности упражнений лечебной гимнастики.
19. Техничко-тактические особенности упражнений коррекционной направленности.
20. Лечебная физкультура при различных заболеваниях.

5.2. Темы письменных работ

1. История становления и развития АФК для лиц с нарушением ОДА.
2. История становления и развития АФК для лиц с нарушением зрения.
3. История становления и развития АФК для лиц с нарушением слуха.
4. История становления и развития АФК для лиц с нарушением интеллекта.
5. История Паралимпийских игр.
6. История Специального олимпийского движения.
7. История Всемирных игр глухих (Тихие игры).
8. История развития вида спорта (паралимпийского). По выбору студента.
9. Биография спортсмена-паралимпийца (по выбору студента).
10. Адаптивное физическое воспитание - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
11. Адаптивный спорт - содержание, цель, задачи и особенности.
12. Адаптивная двигательная рекреация - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
13. Адаптивная физическая реабилитация - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
14. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением слуха.
15. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением зрения.
16. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением интеллекта.
17. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением ОДА.
18. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением речи.
19. Подвижные игры. Значение. Пример применения.
20. Методы обучения для лиц с нарушением зрения.
21. Методы обучения для лиц с нарушением слуха.
22. Методы обучения для лиц с нарушением ОДА.
23. Методы обучения для лиц с нарушением интеллекта.
24. Методы АФК, использующие в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
25. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением зрения.
26. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением слуха.
27. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением ОДА.
28. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением интеллекта.
29. Методы оптимизации психо-эмоционального состояния лиц с нарушениями в развитии.
30. Личный самоконтроль.

5.3. Фонд оценочных средств

5.3.1. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной, индикаторов компетенций, отражающих сформированность заявленной компетенции, и описание показателей оценивания компетенции (результатов обучения)

Код компетенции	Код и содержание индикатора компетенции	Описание показателей оценивания.		
		В результате освоения дисциплины обучающийся должен:		
		Знать	Уметь	Владеть
УК-7	УК-7.1: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	- основные сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормы здорового образа жизни	- использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормам здорового образа жизни	- навыками достижения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни
	УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	- основные принципы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	- осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	- навыками осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

5.3.2. Описание шкал оценивания

Код комп.	Код ИК	Шкала оценивания первого этапа формирования компетенций			
		Компетенция не освоена	Пороговый уровень освоения компетенции	Базовый уровень освоения компетенции	Повышенный уровень освоения компетенции
УК-7	УК-7.1	<p>- не знает сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормы здорового образа жизни;</p> <p>- не умеет использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормам здорового образа жизни;</p> <p>- не владеет навыками достижения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни.</p>	<p>- знает сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормы здорового образа жизни;</p> <p>- частично освоенное умение - использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормам здорового образа жизни;</p> <p>- имеет некоторые навыки достижения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни</p>	<p>- знает и различает сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормы здорового образа жизни;</p> <p>- в целом успешное, но содержащие отдельные пробелы умение - использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормам здорового образа жизни;</p> <p>- имеет навыки достижения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни организаций.</p>	<p>- знает, различает, умеет использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормы здорового образа жизни;</p> <p>- сформированное умение - использовать сведения о должном уровне физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и нормам здорового образа жизни;</p> <p>- владеет навыками достижения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни</p>

Код комп.	Код ИК	Шкала оценивания первого этапа формирования компетенций			
		Компетенция не освоена	Пороговый уровень освоения компетенции	Базовый уровень освоения компетенции	Повышенный уровень освоения компетенции
УК-7	УК-7.2	- не знает принципы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - не умеет осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - не владеет навыками осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	- знает принципы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - частично освоенное умение осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - имеет некоторые навыки осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	- знает и различает принципы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - в целом успешное, но содержащие отдельные пробелы умение осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - имеет навыки осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	- знает, различает, умеет использовать принципы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - сформированное умение осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - владеет навыками осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

5.3.3. Этапы формирования компетенций и формы контроля

№	Этап формирования компетенции	Вид аттестации	Раздел дисциплины	Код формируемого ИК	Вид оценочного средства
1.	1	Промежуточная	Раздел 1. Общие представления о фитнесе, техника и методика классической аэробики	УК-7.1, УК-7.2	Устный опрос, Реферат, зачёт
2.	1	Промежуточная	Раздел 2. Фитнес-программы, техника и методика степ-аэробики	УК-7.1, УК-7.2	Устный опрос, Реферат, зачёт
3.	1	Промежуточная	Раздел 3. Особенности организации фитнес-тренировок, техника и методика фитбол-аэробики	УК-7.1, УК-7.2	Устный опрос, Реферат, зачёт
4.	2	Промежуточная	Раздел 4. Оздоровительные фитнес-программы, техника и методика хатха-йоги	УК-7.1, УК-7.2	Устный опрос, Реферат, зачёт

5.3.4. Описание процедуры оценивания

Промежуточная аттестация по каждому Разделу проводится путем накопительной оценки за выполнение заданий в процессе аудиторной работы студента. Задания представляют собой систему познавательных и проблемных задач, ориентированных на конечные результаты освоения программы.

При оценивании сформированности компетенций используется балльно-рейтинговая система. В зависимости от набранных баллов оценка за каждый раздел дисциплины выставляется по следующей шкале:

Оценка в 100-балльной шкале	Бинарная система оценки	Уровни овладения компетенциями
90-100 баллов	Зачет	Повышенный уровень
75-89 баллов		Продвинутый уровень
60-74 балла		Пороговый уровень
0-59	Незачет	Не владеет компетенцией

Методика оценки:

1. Устный ответ – максимум 20 баллов
2. Реферат – максимум 30 баллов
3. Зачет – максимум 50 баллов.

Средство оценки	Критерии оценки	Баллы	
Устный опрос	Развернутый ответ по существу вопроса, демонстрация умения или навыка	20	20
Реферат	Текст реферата	20	30
	Публичная презентация реферата	10	
Зачет	Ответ, демонстрирующий слабое знание материала	10	50
	Ответ, демонстрирующий хорошее знание материала, умение оперировать им и применять его	30	
	Полный, развернутый ответ без наводящих вопросов с демонстрацией умения свободно оперировать знанием и применять его	50	

5.4. Перечень видов оценочных средств

5.4.1 Реферат – это сжатое изложение основной информации на основе ее смысловой переработки. Реферат предполагает, главным образом, изложение чужих точек зрения, сделанных другими авторами. Рефераты используются в учебном процессе, чтобы помочь студенту выработать навыки письменного и устного изложения результатов самостоятельного осмысления собранного материала.

Примерные темы рефератов:

1. История становления и развития АФК для лиц с нарушением ОДА.
2. История становления и развития АФК для лиц с нарушением зрения.
3. История становления и развития АФК для лиц с нарушением слуха.
4. История становления и развития АФК для лиц с нарушением интеллекта.
5. История Паралимпийских игр.
6. История Специального олимпийского движения.
7. История Всемирных игр глухих (Тихие игры).
8. История развития вида спорта (паралимпийского). По выбору студента.
9. Биография спортсмена-паралимпийца (по выбору студента).
10. Адаптивное физическое воспитание - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
11. Адаптивный спорт - содержание, цель, задачи и особенности.
12. Адаптивная двигательная рекреация - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
13. Адаптивная физическая реабилитация - раскрыть содержание, цель, задачи и особенности.
14. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением слуха.
15. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением зрения.
16. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением интеллекта.
17. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением ОДА.
18. Особенности и типичные нарушения двигательной сферы лиц с нарушением речи.
19. Подвижные игры. Значение. Пример применения.
20. Методы обучения для лиц с нарушением зрения.
21. Методы обучения для лиц с нарушением слуха.
22. Методы обучения для лиц с нарушением ОДА.
23. Методы обучения для лиц с нарушением интеллекта.
24. Методы АФК, использующие в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
25. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением зрения.
26. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением слуха.
27. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением ОДА.

28. Методы развития физических способностей у лиц с нарушением интеллекта
 29. Методы оптимизации психо-эмоционального состояния лиц с нарушениями в развитии.
 30. Личный самоконтроль.
- Вопросы к устному опросу для текущего контроля:
1. Понятие "здоровье", его содержание и критерии.
 2. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
 3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
 4. Здоровый образ жизни студента.
 5. Влияние окружающей среды на здоровье.
 6. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
 7. Виды диагностики, ее цели и задачи.
 8. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.
 9. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития и физической подготовленности.
 10. Педагогический контроль, его содержание и виды.
 11. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.
 12. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.
 13. Дневник самоконтроля.
 14. История возникновения и развития шахматной игры.
 15. Обучение и совершенствование решений шахматных партий, задач и этюдов.
 16. Современное состояние шахмат.
 17. Общее понятие о физической рекреации.
 18. Техничко-тактические особенности упражнений лечебной гимнастики.
 19. Техничко-тактические особенности упражнений коррекционной направленности.
 20. Лечебная физкультура при различных заболеваниях.

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Дубровский В.И.	Физическая реабилитация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья: Учебник.	М.: Бином, 2010.

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Ветрова И.В., Захарова Л.В., Люлина Н.В.	Адаптивная физическая культура: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Электронный адрес: https://elibrary.ru/download/elibrary_50320331_41989114.pdf	Красноярск, 2023. – 328 с. ISBN 978-5-00102-616-7
Л2.2	Журавлева Ю.И., Катренко М.В., Ярошенко Е.В.	Адаптивная физическая культура студентов (нозологические группы инвалидов: нарушения аутистического спектра, опорно-двигательного аппарата) : учебно-методическое пособие. – Электронный адрес: https://elibrary.ru/download/elibrary_49730128_52787301.pdf	Ставрополь : Ставролит, 2022. – 84 с. ISBN 978-5-907161-54-2

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Ветрова И.В., В 393 Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2018. 494 с. ISBN 978-5-85981-416-9 – Электронный адрес: https://elibrary.ru/download/elibrary_41291862_71626107.pdf Дата обращения 18.07.2022.
Э2	Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / Т. В. Андрихина и [др.]. — Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2018. — 158 с. – Электронный адрес: http://elar.rsvpu.ru/978-5-8050-0665-5 . Дата обращения 18.07.2022.
Э3	Марченко А.А., Тарасенко И.Р., Котло С.А, Аров Х.Н., Тимошенко Л.И., Кудря А.Д. Современные формы и методы оздоровительной физической культуры в процессе физического воспитания студентов в специальных медицинских группах. Учебное пособие. – Ставрополь, 2019. – 145 с. – Электронный адрес: https://elibrary.ru/download/elibrary_37178500_98506905.pdf Дата обращения 18.07.2022.

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

- Google Chrome Свободная лицензия BSD

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <http://window.edu.ru/>.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Назначение	Оборудование и ПО	Адрес
Тренажерный зал	Коврики для фитнеса – 12 шт. Фитболы – 3 комплекта, Мячи волейбольные – 2 шт. Штанга – 1 шт, Комплект блинов – 1, Теннисный стол - 1 Велотренажер – 1, Гантели 3 комплекта, Гири – 2 шт	г. Санкт-Петербург, Нарвский проспект, дом 13, литера Б
Аудитория 201 (самостоятельная работа)	Столы – 8 шт. Стулья - 18 шт. Книжные полки – 4 шт. Стеллажи – 3 шт. Средства ИКТ: Компьютер – 1 шт, Принтер – 1 шт.	г. Санкт-Петербург, Нарвский проспект, дом 13, литера Б
Спортивная площадка	Турник - 2 шт. Сетка волейбольная – 1 шт	г. Санкт-Петербург, Нарвский проспект, дом 13, литера Б

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

Цель методических рекомендаций – обеспечить студенту бакалавриата (далее – студенту) оптимальную организацию процесса изучения дисциплины, а также выполнения различных форм самостоятельной работы.

8.1 Студентам необходимо ознакомиться:

- с содержанием рабочей программы дисциплины (далее – РПД),
- с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на образовательном портале и сайте кафедры,
- с графиком консультаций преподавателей данной кафедры.

8.2 Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям.

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Именно поэтому контроль над систематической работой студентов всегда находится в центре внимания кафедры. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях. Не оставляйте «белых пятен» в освоении материала.

8.3. Рекомендации по подготовке к практическим (семинарским) занятиям.

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенного анализа, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

8.4. Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин) и не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в двухнедельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшийся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.