ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 16E774D691E6E8BB43B90C453EDF6726
Владелец: Иванченко Ирина Васильевна
Должность: И.о. директора Филиала
E-mail: pedagogkmv@sspi.ru
Организация: Филиал СГПИ в г. Железноводске
Дата подписания: 31.05.2024
Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2025

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной и научной работе
_____ Т.А. Пономаренко
«28» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.09 Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья
(*наименование учебной дисциплины*)

Уровень основной профессиональной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль (и))
«Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности»

Форма обучения Очная

Срок освоения ОПОП 5 лет

Год начала обучения 2021

Заведующий кафедрой _____/ М.Н. Арутюнян /

Декан факультета _____/ Э.С. Таболова /

Железноводск, 2024 г.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с учебным планом по соответствующей образовательной программе

Автор (ы)-разработчик (и) Ярлыкова О.В., доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

ФИО, должность, ученая степень, звание

«Согласовано»
Заведующий выпускающей кафедрой
АрутюнянМ.Н.,
кандидат философ.наук

ФИО, ученая степень, звание, подпись

«28» мая 2024 г.

«Согласовано»
И.о. заведующего
библиотекой
Клименко А.В.

ФИО, подпись

«28» мая 2024 г.

Содержание

1. Цель и задачи, дисциплины 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....4
4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы……..……..5
5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий.....6
6. Контроль качества освоения дисциплины…….9
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины…….……..10
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы 11
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины 13
Приложения……..15

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья» является освоение системы научно – практических знаний в области оздоровительной физической культуры, подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать у обучающихся широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам современных оздоровительных технологий для лиц с ограниченными возможностями здоровья, основанные на личностно-ориентированной аксиологической концепции отношения к лицам с ограниченными возможностями здоровья

2. Сформировать убеждение в важности и необходимости в высококвалифицированных специалистах для решения государственных задач в области оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к обязательной части Блока 1, Модуль теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Для освоения учебного материала по дисциплине используются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Физическая культура и спорт», «Теория физической культуры и спорта», «Методика обучения физической культуре».

Знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: «Методика оздоровительной физической культуры», а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки к государственной итоговой аттестации.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Демонстрирует знание и понимание оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности.
	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Умеет определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
	УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные	Демонстрирует способность отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на

	возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
	УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Владеет навыками применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	ПК-5.1 Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся	Способен выявлять и обе спечивать охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности
	ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма	Способен применять меры профилактики детского травматизма

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы 108 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			8
Контактные часы	**Всего:**	**56.5**	**56.5**
	Лекции (Лек)	22	22
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	32	32
	Лабораторные занятия (Лаб)		
	Индивидуальные занятия (ИЗ)		
Промежуточная аттестация	Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)	0,5	0,5
	Консультация к экзамену (Конс)	2	2
	Курсовая работа (Кр)		
Самостоятельная работа студентов (СР)		34	34
Подготовка к экзамену (Контроль)		17,5	17,5
Вид промежуточной аттестации		экзамен	экзамен

Общая трудоемкость (по плану)	**108**	**108**

5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Лабораторные занятия	СРС	Всего	Планируемые результата обучения	Формы текущего контроля
Семестр 8							
Раздел 1. Научно-теоретические основы оздоровительной физической культуры						УК-7 ПК-5	Собеседование
Тема 1. Физическая культура и здоровье человека	2			2	4		
Тема 2. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений	2			2	4		
Тема 3. Психологические основы здоровья	2			2	4		
Тема 4. Биологические основы оздоровительной физической культуры		2		2	4		
Тема 5. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры	2	2		2	6		
Тема 6. Проявление оздоровительного эффекта в процессе оздоровления	2			2	4		
Раздел 2. Методические и технологические основы оздоровительной физической культуры						УК-7 ПК-5	Реферат
Тема 1. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности	2	2		2	6		
Тема 2. Системы и методы оздоровления организма	2	2		4	8		
Тема 3. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений	2	2		2	6		
Тема 4. Контроль состояния здоровья в оздоровительной физической культуре	2	6		2	10		
Раздел 3. Медико-педагогическое сопровождение физкультурно-оздоровительных программ						УК-7 ПК-5	Собеседование
Тема 1. Физическое воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья	2	2		2	6		
Тема 2. Моделирование здорового образа жизни		4		2	6		
Тема 3. Оздоровление различных групп населения средствами физической	2	4		2	8		

культуры							
Тема 4. Оздоровительный фитнесс		2		2	4		
Тема 5. Спортивно-оздоровительный туризм		4		4	8		
Форма промежуточной аттестации экзамен					0,5	УК-7 ПК-5	
Консультация					2		
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП					17,5		
Всего за семестр:	**22**	**32**		**34**	**108**		

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1).

6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	**сформирована частично**	**сформирована в целом**	**сформирована полностью**
«Не зачтено»	**«Зачтено»**		
«Неудовлетворительно»	**«Удовлетворительно»**	**«Хорошо»**	**«Отлично»**
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и

выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	- умение без грубых ошибок решать практические задания.	тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС Филиала СГПИ в г. Железноводске.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками, нормативными документами, архивными и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка сообщения (реферата); собеседование; презентации; выполнение индивидуальных заданий; подготовка к практическим занятиям и др.; подготовка к зачету.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература:

1. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519540

2. Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / составитель А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : СКФУ, 2015. — 116 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155502

3. Дополнительная литература

1. Мезенцева, В. А. Оздоровительная гимнастика для лиц с ограниченными возможностями здоровья : методические указания / В. А. Мезенцева, С. Н. Блинков, А. Ф. Башмак. — Самара : СамГАУ, 2021. — 28 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/222197

4. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514910

5. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520324

6. Специальная психология : учебник для вузов / Л. М. Шипицына [и др.] ; под редакцией Л. М. Шипицыной. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02326-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511645

7. Михальчи, Е. В. Инклюзивное образование : учебник и практикум для вузов / Е. В. Михальчи. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 172 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16837-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/532044

8. Технология социальной работы : учебник для вузов / Л. И. Кононова [и др.] ; ответственные редакторы Л. И. Кононова, Е. И. Холостова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 506 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16297-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/530763

9. Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08622-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514960

10. Слюсарева Е.С., Козловская Г.Ю.Методы психологической коррекции: Учебно-методическое пособие). – Ставрополь, 2008 – 240 с. http://www.sspi.ru/source/files/nauka/e-public-prepod/ped_psih/43.pdf

11. Организационно-педагогические основы интегрированного образования детей с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие для вузов / Авт.-сост. Н.М. Борозинец, Е.В. Евмененко, Г.Ю. Козловская.- Ставрополь: СГПИ, 2009.-112 с.https://www.sspi.ru/source/files/nauka/e-public-prepod/ped_psih/7.pdf

12. Борозинец Н.М., Евмененко Е.В., Полчанинова О.Н. Психолого-педагогическое сопровождение ребёнка с ограниченными возможностями здоровья в условиях предшкольного образования: Учебное пособие. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2009. – 108 с. https://www.sspi.ru/source/files/nauka/e-public-prepod/ped_psih/9.pdf
13. В семье воспитывается ребёнок с ограниченными возможностями здоровья: Методическое пособие для родителей. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2010. – 92 с. https://www.sspi.ru/source/files/nauka/e-public-prepod/ped_psih/32.pdf
14. Педагогические системы обучения и воспитания детей с особыми образовательными потребностями: Учебное пособие / Под ред. А.Ю.Кабушко, М.Н. Алексеевой. – Ставрополь:Изд-во СГПИ, 2011. – 372 с. https://www.sspi.ru/source/files/nauka/e-public-prepod/ped_psih/52.pdf
15. Ярлкова О.В.,Осокина В.Н. Работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья на уроке физической культуры: учебно – методическое пособие/ Ярлкова О.В.,Осокина В.Н.- Железноводск, 2021.- 106 с.
16. Физическое воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья во внеурочной деятельности: учебно – методическое пособие / сост.: Ярлыкова О.В., Оробинская А.Н. – Ставрполь : Изд-во «Тимченко О.Г.», 2021. – 103 с.
17. Виды адаптивного спорта в спортивно-массовой, оздоровительной и инклюзивной работе педагогического вуза: учебное пособие / кол.авт.,под общей ред. д-ра пед.наук, проф.Р.Р. Магомедова; М-во науки и высшего образования РФ, М-во образования Ставропольского края, Филиал СГПИ в г.Ессентуки.- Ставрополь: Ставролит, 2019.- 164 с.
18. Формирование универсальных учебных действий в различных моделях предшкольного образования : учебное пособие / Под общей редакцией Р.Р. Магомедова .- Ставрополь: Бюро новостей, 2013.- 178 с.
19. Психолого- педагогическая помощь детям со сложными нарушениями развития. Учебное пособие / Автор- сост. В.В. Ершова.- Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2012.- 116 с.

Периодические издания:

1. Научно-теоретический журнал: Теория и практика физической культуры и спорта

Интернет-ресурсы:

Электронные библиотечные системы

№ п/п	Наименование	Адрес сайта
1.	ЭБС «Юрайт»	www.urait.ru
2.	ЭБС «Юрайт» (раздел «Легендарные книги»)	www.urait.ru
3.	Электронно-библиотечная система «Лань»	http://e.lanbook.com/

Электронные образовательные ресурсы

№ п/п	**Наименование**	**Адрес сайта**
1.	ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
2.	Научная электронная библиотека	https://elibrary.ru
3.	Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
4.	Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
5.	Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
6.	Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru

7.	Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru
8.	Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
9.	Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
10.	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
11.	Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru
12.	Цифровая образовательная платформа «Media» (LECTA), ГК «Просвещение»	https://media.prosv.ru/

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя. По заявке устанавливается мобильный комплект (ноутбук, проектор, экран, колонки).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование оснащено комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Пакеты программного обеспечения общего назначения (возможны следующие варианты:«МойОфис», «MicrosoftOffice»,«LibreOffice»,«ApacheOpenOffice»).
2. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиа контент PDF-файлов «Sumatra PDF Reader», «AdobeAcrobatReaderDC».
3. Приложение, позволяющее сканировать и распознавать текстовые документы (возможны следующие варианты: «ABBYYFineReader», «WinScan2PDF»).
4. Программа – файловый архиватор (возможны следующие варианты: «7-zip»,«WinRAR»).
5. Программадляорганизацииипроведениятестирования(возможнысследующиеварианты:«Айрен»,«MytestX»).
6. Программа просмотра интернет -контента (браузер)(возможен следующий вариант:«Yandex»).

Приложение 1

Методические материалы по дисциплине
«Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. Практические занятия

Раздел 1. Научно-теоретические основы оздоровительной физической культуры

Тема 2. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений

Проблематика оздоровительной физической культуры.

Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.

Раздел 2. Методические и технологические основы оздоровительной физической культуры

Тема 1. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности

Особенности организации и проведения занятий различными видами гимнастики.

Проведение занятия ритмической гимнастики. Подбор упражнений, музыкального произведения.

Провести самоконтроль на занятиях оздоровительными упражнениями.

Тема 2. Системы и методы оздоровления организма

Проведение оздоровительной системы К. Купера, Е.Г. Мильнера, Н.М. Амосова, И.В. Проховцева. (по выбору).

Провести занятие оздоровительной системы аэробной направленности.

Подобрать упражнения атлетической гимнастики. Общие закономерности составления комплекса атлетической гимнастики.

Разработка специфических средств восстановления и питания.

Организация и проведение комплекса оздоровительной системы «Изотон».

Тема 3. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений.

Составление комплекса упражнений в воде.

Разобрать основные принципы оздоровительного дыхания.

Проведение элементов нетрадиционных оздоровительных систем: йога, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, дыхательная гимнастика К.П. Бутейко. Оздоровительный эффект дыхательных упражнений.

Разработать комплекс закаливающих процедур.

Назвать виды массажа.

Раздел 3. Медико-педагогическое сопровождение физкультурно-оздоровительных программ.

Тема 1. Физическое воспитание детей с отклонениями в развитии.

Подобрать комплекс упражнений для детей с отклонениями в развитии.

Тема 2. Моделирование здорового образа жизни.

Тема 3. Оздоровление различных групп населения средствами физической культуры.

Составить комплексы упражнений, определить виды оздоровительной физической культуры для разных групп населения.

Тема 4. Оздоровительный фитнес.

Составить и провести упражнения оздоровительного фитнеса.

Тема 5. Спортивно-оздоровительный туризм.

Назвать виды спортивно-оздоровительного туризма, определить маршрут.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания самостоятельной работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

2. «Мозговой штурм»

Раздел 1. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры.

Тема 1. Физическая культура и здоровье человека.

Что значит феномен здоровье.

Как относитесь к здоровью?

Какое значение здоровье имеет для спортсмена

Появление фитнеса. Его значение.

Тема 2. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений

Проблематика оздоровительной физической культуры.

Какое оздоравливающее воздействие оказывают физические упражнения на организм человека.

Тема 3. Психологические основы здоровья.

Охарактеризовать здоровье как индивидуальной ценности.

Считаете ли вы, что здоровье является компонентом социального благополучия личности.

Существует взаимосвязь активной позиции с уровнем здоровья.

Определить социально-психологические факторы оздоровительных систем.

Какие мотивы в регулярных занятиях физическими упражнениями

Раздел 2. Системы и методы оздоровления организма

Тема 1. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности

Создание современных оздоровительных систем и упражнений.

Какие особенности являются в занятиях различными видами гимнастики.

Особенности построения занятий ритмической гимнастикой.

Особенности самоконтроля на занятиях оздоровительными упражнениями.

Тема 2. Системы и методы оздоровления организма.

Охарактеризовать оздоровительные системы К. Купера, Е.Г. Мильнера, Н.М. Амосова, И.В. Проховцева(по выбору).

Раскрыть оздоровительные системы аэробной направленности.

Особенности проведения занятий атлетической гимнастики. Подбор упражнений.

Какие средства восстановления применяются в занятиях оздоровительными видами гимнастики.

Как необходимо питаться, занимаясь оздоровительными системами.

Охарактеризовать оздоровительную систему «Изотон».

Тема 3. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений.
Раскрыть специфику выполнения упражнений в воде.
Какие основные принципы оздоровительного дыхания.
Раскрыть нетрадиционные оздоровительные системы: йога, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, дыхательная гимнастика К.П. Бутейко (по выбору).
Оздоровительный эффект дыхательных упражнений.
Раскрыть виды закаливания.
Назвать способы массажа.
Тема 4. Контроль состояния здоровья в оздоровительной физической культуре.
Как влияет на выбор оздоровительных видов строение человека. Соматотип. Пропорции тела.
Какие антропометрические обследования проводят.
Какие пробы применяют для определения функционального состояния.

Критерии оценки:
оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках дисциплины, знает основные термины, фамилии ученых, исследовавших изучаемую проблему, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.
оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам, логично излагает свои мысли, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем.
оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой дисциплине, умения достаточно грамотно изложить материал.
оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания дисциплины, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить мысли.

3. Задания для самостоятельной работы

Наименование раздела (темы) учебной дисциплины	Формы СРС
Раздел 1. Научно-теоретические основы оздоровительной физической культуры	
Тема 1. Физическая культура и здоровье человека	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 2. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 3. Психологические основы здоровья	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация

Тема 4. Биологические основы оздоровительной физической культуры	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 5. Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 6. Проявление оздоровительного эффекта в процессе оздоровления	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Раздел 2. Методические и технологические основы оздоровительной физической культуры	
Тема 1. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 2. Системы и методы оздоровления организма	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 3. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 4. Контроль состояния здоровья в оздоровительной физической культуре Самоконтроль по предложенным методикам	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Раздел 3. Медико-педагогическое сопровождение физкультурно-оздоровительных программ	
Тема 1. Физическое воспитание детей с отклонениями в развитии	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 2. Моделирование здорового образа жизни	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 3. Оздоровление различных групп населения средствами физической культуры	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация
Тема 4. Оздоровительный фитнес	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация

Тема 5 Спортивно-оздоровительный туризм	Работа с литературой и Интернет-ресурсами; анализ информации. Сбор и обработка информации, её систематизация

4. Примерные темы рефератов

1. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений. Проблематика оздоровительной физической культуры.
2. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека. Психологические основы здоровья. Осознание здоровья как индивидуальной ценности.
3. Здоровье как компонент социального благополучия личности. Взаимосвязь активной позиции с уровнем здоровья. Социально-психологические факторы оздоровительных систем.
4.Потребностии мотивы в регулярных занятиях физическими упражнениями.
5 Характеристика основных видов оздоровительной физической культуры. Циклические упражнения. Гимнастические упражнения. Силовые упражнения.
6. Проявление оздоровительного эффекта в процессе оздоровления. Особенности воздействия оздоровительных упражнений. Система аэробного обеспечения. Упражнения анаэробного и смешанного типа.
7. Методологические основы оздоровительных систем. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности. Исторические предпосылки современных оздоровительных систем и упражнений. Специфика занятий различными видами гимнастики. Ритмическая гимнастика. Основы самоконтроля на занятиях оздоровительными упражнениями
8. Системы и методы оздоровления организма. Оздоровительные системы К. Купера, Е.Г. Мильнера, Н.М. Амосова, И.В. Проховцева.
9. Оздоровительные системы аэробной направленности. Атлетическая гимнастика: общие закономерности.
10. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений. Специфика выполнения упражнений в воде. Основные принципы оздоровительного дыхания.
11. Нетрадиционные оздоровительные системы: йога, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, дыхательная гимнастика К.П. Бутейко. Оздоровительный эффект дыхательных упражнений. Закаливание. Массаж.
12. Контроль состояния здоровья в оздоровительной физической культуре. Антропометрические обследования. Контроль функционального состояния
13. Особенности физического воспитания детей с отклонениями в развитии.
14. Оздоровление различных групп населения средствами физической культуры.
15. Организация и проведение занятий оздоровительным фитнесом с людьми с ограниченными возможностями.
16. Особенности спортивно-оздоровительного туризма.

Критерии оценки реферата

Критериями оценки реферата могут выступить следующие моменты:
- в какой мере раскрывается актуальность темы;
- каков теоретический уровень суждений автора, как владеет он современными методологическими основами наук при освещении поставленных в реферате вопросов;
- соответствие структуры и содержания реферата плану;
- целостное, глубокое понимание вопросов темы или разрабатываемой проблемы;

- как удалось автору связать излагаемые в реферате вопросы теории с проблемами сегодняшнего дня, умение использовать теоретические источники и учебно-методическую литературу;
- достаточно ли проявлена автором самостоятельность в постановке вопросов, в трактовке их, есть ли в работе оригинальные мысли, свежие факты, описание лучшего опыта работы, конкретных примеров из практики, соответствующие рекомендации и предложения;
- излагается ли в реферате собственное понимание рассматриваемой проблемы, достаточна ли его аргументация;
- как оформлен реферат или доклад (объем, наличие плана, содержательность введения, полнота списка используемой литературы, наличие приложений, анализа опыта работы, схем, таблиц, диаграмм, планов, анкет и т.д.);
- имеет ли работа определенную ценность, чтобы рекомендовать ее в фонд учебных пособий по курсам.

Чаще всего реферат оценивается по 4-х балльной системе - «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Приложение 2

Оценочные материалы по дисциплине
«Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. **Оценочные материалы для текущего контроля**

1.1. Вопросы для собеседования

Раздел 1. Научно-теоретические основы оздоровительной физической культуры

Тема 1. Физическая культура и здоровье человека

Дать определение понятию здоровье.

Назвать критерии формирования здоровья.

Как мы относимся к своему здоровью?

Определите здоровье обучающегося: потенциальные возможности и реальность.

Тема 3. Психологические основы здоровья

Почему считают, что здоровье компонент социального благополучия личности.

Какая существует взаимосвязь активной позиции с уровнем здоровья.

Почему считают, что оздоровительные системы являются социально-психологическими факторами.

Как мотивы влияют в регулярных занятиях физическими упражнениями

Раздел 2. Методические и технологические основы оздоровительной физической культуры

Тема 1. Методические принципы занятий оздоровительно-развивающей направленности

Какие создавались современные оздоровительные системы и упражнения.

Назвать специфические особенности занятий различными видами оздоровительной гимнастики.

Охарактеризовать упражнения ритмической гимнастики.

Назвать основы самоконтроля на занятиях оздоровительными упражнениями

Тема 2. Системы и методы оздоровления организма

Охарактеризовать оздоровительные системы К. Купера, Е.Г. Мильнера, Н.М. Амосова, И.В. Проховцева. (по выбору)

Особенности занятий атлетической гимнастикой.

Какие средства восстановления применяются в занятиях оздоровительной физической культурой.

Тема 3. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических положений

Особенности выполнения упражнений в воде. Оздоровительная направленность упражнений.

Основные принципы оздоровительного дыхания.

Охарактеризовать нетрадиционные оздоровительные системы: йога, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, дыхательная гимнастика К.П. Бутейко (по выбору). Оздоровительный эффект дыхательных упражнений.

Особенности проведения закаливания.

Цель, задачи массажа.

Тема 4. Контроль состояния здоровья в оздоровительной физической культуре

Самоконтроль по предложенным методикам

Определение конституция человека, соматотипа, пропорции тела.

Цель и задачи антропометрических обследований.

Методы и методики контроля функционального состояния

Раздел 3. Медико-педагогическое сопровождение физкультурно-оздоровительных программ

Тема 1. Физическое воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья

Задачи физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья
Средства, методы и методика проведения упражнений для детей с ограниченными возможностями здоровья.
Тема 2. Моделирование здорового образа жизни.
Тема 3. Оздоровление различных групп населения средствами физической культуры.
Особенности проведения упражнений, игр, конкурсов различных групп населения с разным уровнем здоровья.
Тема 5. Спортивно-оздоровительный туризм.
Цель, задачи спортивно-оздоровительного туризма.
Организация и особенности проведения спортивно-оздоровительный туризма.

Критерии оценки:
оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики, знает основные термины, фамилии ученых, исследовавших изучаемую проблему, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме.
оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам, логично излагает свои мысли, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем.
оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал.
оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания групповой дискуссии, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить мысли.

2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

2.1. Примерный перечень вопросов для зачета

1. Цель, задачи, принципы, основные понятия адаптивного физического воспитания.
2. Российская система адаптивного физического воспитания.
3. Особенности физического развития организма ребенка в норме и патологии.
4. Уровни развития движений по Н.А. Бернштейну.
5. Виды специализированных дошкольных образовательных учреждений.
6. Задачи, функции специализированных дошкольных образовательных учреждений.
7. Формы занятий АФВ в специализированных дошкольных образовательных учреждениях.
8. Урочная форма занятий АФВ в дошкольных учреждениях: продолжительность, периодичность, насыщенность, методическая и материально-техническая база занятия по АФВ.
9. Виды физкультурно-оздоровительной работы в специализированных дошкольных образовательных учреждениях.
10. Особенности специальных дошкольных учреждении для воспитания и обучения слепых и слабовидящих детей.
11. Особенности специальных дошкольных учреждений для воспитания и обучения глухих и слабослышащих детей.
12. Особенности специальных дошкольных учреждений для воспитания и обучения детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.
13. Особенности специальных дошкольных учреждений для воспитания и обучения детей с ЗПР и УО.

14. Особенности проведения работы по АФВ в специальных дошкольных учреждениях для слепых и слабовидящих детей.
15. Особенности проведения работы по АФВ в специальных дошкольных учреждениях для глухих и слабослышащих детей.
16. Особенности проведения работы по АФВ в специальных дошкольных учреждениях для детей с ЗПР.
17. Особенности проведения работы по АФВ в специальных дошкольных учреждениях для детей с ДЦП.
18. Особенности проведения работы по АФВ в специальных дошкольных учреждениях для детей с у/о.
19. Особенности проведения совместных мероприятий для детей с различными патологиями.
20. Виды специализированных образовательных учреждений.
21. Задачи, функции специализированных образовательных учреждений.
22. Формы занятий АФВ в специализированных образовательных учреждениях.
23. Урочная форма занятий АФВ: продолжительность, периодичность, насыщенность, методическая и материально-техническая база урока.
24. Внеурочная форма занятий АФВ: виды, дозировка, соответствие задачам социальной интеграции.
25. Особенности специальных учреждений для воспитания и обучения слепых и слабовидящих детей.
26. Особенности специальных учреждений для воспитания и обучения глухих и слабослышащих детей.
27. Особенности коррекционных школ для детей с дезадаптивным поведением.
28. Особенности специальных учреждений для воспитания и обучения детей с ДЦП.
29. Особенности специальных коррекционных школ 8 вида (для детей с у/о).
30. Особенности проведения урока по АФВ в школе для слепых и слабовидящих детей.
31. Особенности проведения урока по АФВ в школе для глухих и слабослышащих детей.
32. Особенности проведения урока по АФВ в школе для детей с дезадаптивным поведением.
33. Особенности проведения урока по АФВ в школе для детей с ДЦП.
34. Особенности проведения урока по АФВ в школе для детей с у/о.
35. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ для слепых и слабовидящих детей.
36. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ для глухих и слабослышащих детей.
37. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ для детей с ДЦП.
38. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ для детей с у/о.
39. Особенности проведения совместных мероприятий для детей с различными патологиями.
40. Цели, задачи и принципы физкультурно-спортивной подготовки инвалидов.
41. Структура и содержание физкультурно-спортивной подготовки инвалидов.
42. Средства, методы и формы организации физкультурно-спортивной подготовки инвалидов.
43. Методика обучения инвалидов двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.
44. Лангетудная программа подготовки инвалидов.

45. Соотношение средств общей и специальной подготовки в процессе многолетней тренировки в зависимости от вида заболевания, возрастной группы и специфики вида спорта.
46. Структура и содержание учебно-тренировочного занятия.
47. Методика становления спортивной техники.
48. Методика воспитания волевых качеств.
49. Организация образовательного физкулътурно-спортивного процесса в ДЮАСШ.
50. Направление работы физкультурно-спортивного клуба инвалидов.
51. Содержание деятельности отделений по адаптивному спорту при учреждениях дополнительного образования спортивной направленности.
52. Документы, регламентирующие организацию учебно-тренировочного процесса.
53. Содержание и методика проведения спортивно-адаптивной тренировки по программе базового спорта.
54. Индивидуальная образовательная программа модификации и приспособления.
55. Формы, средства и методы тренировки по программе «Моторная активность».
56. Виды программы тренировочного дня (соревнований) по программе «Моторная активность» и методика обучения навыкам тренировочного дня.
57. Программа «Объединённый спорт» и методика тренировки в циклических видах спорта.
58. Специфика тренировки лиц с нарушениями интеллекта.
59. Специфика тренировки лиц с нарушениями интеллекта в игровых видах спорта.
60. Специфика тренировки лиц с нарушениями интеллекта в водных видах спорта.
61. Особенности организации спортивно-массовой работы среди инвалидов с ПОДА.
62. Особенности спортивно-адаптивной тренировки ампутантов.
63. Применение протезно-ортопедической техники.
64. Особенности спортивно-адаптивной тренировки инвалидов-колясочников.
65. Методика обучения способам управления спортивной коляской.
66. Специфика тренировки инвалидов с легкой степенью тяжести ДЦП.
67. Средства коррекции мышечного тонуса в процессе тренировки и формирование физиологической схемы движений.
68. Особенности спортивно-адаптивной тренировки инвалидов с полиомиелитом.
69. Условия формирования спортивных движений.
70. Специфика тренировки лиц с ПОДА в циклических видах спорта.
71. Специфика тренировки лиц с ПОДА в скоростно-силовых видах спорта.
72. Специфика тренировки лиц с ПОДА в игровых видах спорта.
73. Специфика тренировки лиц с ПОДА в водных видах спорта.
74. Организация спортивно-адаптивной тренировки слепых и слабовидящих людей.
75. Способы формирования спортивных двигательных навыков у людей с сенсо-речевыми нарушениями.
76. Специфика тренировочного процесса инвалидов с сенсо-речевыми нарушениями в циклических видах спорта.
77. Специфика тренировочного процесса инвалидов с сенсо-речевыми нарушениями в скоростно-силовых видах спорта.
78. Специфика тренировочного процесса инвалидов с сенсо-речевыми нарушениями в игровых видах спорта.
79. Особенности тренировки лиц с нарушениями интеллекта по программе «INAS» (паралимпийское движение умственно отсталых).

80. Адаптивные танцы, как средство арттерапии и социальной адаптации инвалидов.
81. Виды спортивно-массовых мероприятий для инвалидов. Средства АФК в программе спортивно-массовых мероприятий.

2.2. Типовые задачи (практические задания).

1. Разработать комплекс упражнений для укрепления мышц пресса и спины.
2. Составить комплекс упражнений, применяемых в положении лежа на спине, животе.
3. Назвать подвижные игры, упражнения, применяемые в семье.

Критерии оценки

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках дисциплины, знает основные термины, фамилии ученых, исследовавших изучаемую проблему, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам экзаменационного билета, логично излагает свои мысли, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем.

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой дисциплине, умения достаточно грамотно изложить материал.

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания дисциплины, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить мысли.

Лист изменений рабочей программы дисциплины

№ п\п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование профиль «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности» №125 от 22.02.2018 г.	Протокол заседания кафедры гуманитарный и социально-экономических дисциплин № 11 от 30 июня 2020 г.	30.06.2020 г.
2.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарный и социально-экономических дисциплин № 8 от 25 марта 2021 г.	25.03.2021 г.
3.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 05 мая 2022 г.	05.05.2022 г.
4.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 22 мая 2023 г.	22.05.2023 г.
5.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 11 от 28 мая 2024 г.	28.05.2024 г.