



**ЕВРЕЙСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ**
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ИНН 7715290332
ОГРН 1027739131375
127273, Москва, ул. Отрадная, д.6
тел.: +7(495) 736-92-70
e-mail: info@uni21.org
<https://uni21.org>

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки:
38.03.01 Экономика

Направленность (профиль)
Экономика организации

Уровень высшего образования: бакалавриат

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Адаптивная физическая культура и спорт» включена в вариативную часть Блока I.

2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РАМКАХ ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 1

Код компетенции	Формулировка компетенций в соответствии с ФГОС ВО
ОК-7	способность к самоорганизации и самообразованию;
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

3. СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Структура учебной дисциплины для обучающихся очной формы обучения

Таблица 2

Структура и объем дисциплины		Объем дисциплины по семестрам					Общая трудоемкость
		№ сем 2	№ сем 3	№ сем 4	№ сем 5	№ сем 6	
Объем дисциплины в зачетных единицах							
Объем дисциплины в часах		68	68	68	68	64	336
Аудиторные занятия (всего)		68	68	68	68	64	336
в том числе в часах:	Лекции (Л)						
	Практические занятия (ПЗ)	68	68	68	68	64	336
	Лабораторные работы (ЛР)						
	Индивидуальные занятия (ИЗ)						
Самостоятельная работа студента в семестре, час							
Самостоятельная работа студента в период промежуточной аттестации, час							
Форма промежуточной аттестации							
Зачет (зач.)						зач.	
Дифференцированный зачет (диф.зач.)							
Экзамен (экз.)							

4. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 3

Наименование раздела учебной дисциплины	Лекции		Наименование практических (семинарских) занятий		Наименование лабораторных работ		Итого по учебному плану	Форма текущего и промежуточного контроля успеваемости (оценочные средства)
	Тематика лекции	Трудоемкость, час	Тематика практического занятия	Трудоемкость, час	Тематика лабораторной работы	Трудоемкость, час		
Семестр №2								
Методико-практический			Методики оценки функционального состояния. Методики выполнения общеразвивающих и адаптивных упражнений	20			20	Текущий контроль успеваемости: сдача контрольных тестов физической и функциональной подготовленности и адаптивной физической культуры Промежуточная аттестация: зачет (зач.)
Развитие основных двигательных качеств			Развитие выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации. Развитие основных двигательных качеств.	20			20	
Обучение техническим приемам средствами адаптивной физической культуры			Обучение выполнению упражнений адаптивной физической культуры с использованием средств физического воспитания.	28			28	
Всего:			Всего:	68	Всего:		68	
Семестр № 3								
Методико-практический			Методики проведения отдельных упражнений по адаптивной физической культуре на группе	20			20	
Развитие основных двигательных качеств			Развитие основных двигательных качеств	20			20	
Овладение техническими приемами средствами адаптивной физической культуры			Овладение выполнением упражнений адаптивной физической культуры с использованием средств физического воспитания.	28			28	
Всего:			Всего:	68	Всего:		68	
Семестр № 4								
Методико-практический			Методики проведения практического занятия адаптивной физической культуры	20			20	
Развитие основных двигательных качеств			Развитие основных двигательных качеств	20			20	

Овладение техническими приемами средствами адаптивной физической культуры		Овладение выполнением упражнений адаптивной физической культуры с использованием средств физического воспитания.	28			28
		Всего:	68	Всего:		68
Семестр № 5						
Методико-практический		Методики проведения комплекса упражнений адаптивной физической культуре	20			20
Развитие основных двигательных качеств		Развитие основных двигательных качеств	20			20
Совершенствование технических приемов основных средств адаптивной физической культуры		Совершенствование выполнения упражнений адаптивной физической культуры с использованием средств физического воспитания.	28			28
		Всего:	68	Всего:		68
Семестр № 6						
Методико-практический		Методики составления программы оздоровления организма для обеспечения социальной и профессиональной деятельности с учетом заболевания	20			20
Развитие основных двигательных качеств		Развитие основных двигательных качеств	20			20
Совершенствование технических приемов основных средств адаптивной физической культуры		Совершенствование выполнения упражнений адаптивной физической культуры с использованием средств физического воспитания.	24			24
		Всего:	64	Всего:		64
Общая трудоемкость в часах						336

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена учебным планом.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1 Связь результатов освоения дисциплины с уровнем сформированности заявленных компетенций в рамках изучаемой дисциплины

Таблица 5

Код компетенции	Уровни сформированности заявленных компетенций в рамках изучаемой дисциплины	Шкалы оценивания компетенций
ОК-7	<p>Пороговый Знать: содержание процессов самоорганизации и самообразования занятий физической культурой и здоровом образе жизни, их особенности. Уметь: планировать цели и устанавливать приоритеты при организации здорового образа жизни и физкультурно-оздоровительной деятельности. Владеть: отдельными приемами саморегуляции и технологиями укрепления здоровья, организации процесса развития основных двигательных качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, ловкости).</p>	оценка 3
	<p>Повышенный Знать: методику и этапы организации и проведения индивидуальных занятий, исходя из целей укрепления здоровья, совершенствования профессиональной деятельности. Уметь: планировать цели и устанавливать приоритеты при осуществлении организации физкультурно-оздоровительной деятельности, подборе и выполнении физических упражнений с учетом своего физического и функционального состояния. Владеть: технологиями самоконтроля за состоянием организма, приемами саморегуляции и укрепления здоровья, развития функциональных возможностей.</p>	оценка 4
	<p>Высокий Знать: содержание процессов самоорганизации и самообразования по методикам диагностики своего физического и функционального состояния. Уметь: методически грамотно планировать и составлять программы, организовывать и проводить самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия физическими упражнениями. Владеть: приемами саморегуляции, самоконтроля и самооценки функционального состояния организма и развития основных двигательных качеств.</p>	оценка 5
ОК-8	<p>Пороговый Знать воздействие физических упражнений различной направленности на организм человека в целом и на отдельные его органы. Уметь оценить свое функциональное состояние. Владеть основами двигательных качеств.</p>	оценка 3

	<p>Повышенный Знать влияние адаптивной физической культуры при нарушениях работы систем организма человека. Уметь самостоятельно подобрать и выполнять комплекс адаптивной физической культуры, с учетом своего функционального состояния. Владеть оптимальным уровнем развития основных двигательных качеств (быстроты, выносливости, силы, гибкости, координации).</p>	оценка 4
	<p>Высокий Знать различные методики коррекционных и дыхательных упражнений. Уметь составлять программу самостоятельных занятий адаптивной физической культурой. Владеть средним уровнем развития основных двигательных качеств и приемами самоконтроля за состоянием организма при занятиях адаптивной физической культурой.</p>	оценка 5
Результующая оценка		

6.2 Оценочные средства для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Оценочные средства для лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Таблица 6

Категории студентов	Виды оценочных средств	Форма контроля	Шкала оценивания
С нарушением слуха	Тесты, рефераты, контрольные вопросы	Преимущественно письменная проверка	В соответствии со шкалой оценивания, указанной в Таблице 5
С нарушением зрения	Контрольные вопросы	Преимущественно устная проверка (индивидуально)	
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение тестов, контрольные вопросы дистанционно.	Письменная проверка, организация контроля с использованием информационно-коммуникационных технологий.	

7. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ДРУГИЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ В РАМКАХ ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ВКЛЮЧАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Семестр №2

7.1 Для текущей аттестации:

Обязательные тесты физической и функциональной подготовки (кроме лиц, имеющих ограничения по заболеванию): бег 100м, 3000м, прыжки в длину с места, силовые нормативы.

Тесты по адаптивной гимнастике: равновесие, гибкость, сила.

Для лиц, освобожденных от практических занятий физической культурой – реферат на заданную тему.

Семестр №3

7.2 Для текущего контроля:

Обязательные тесты физической и функциональной подготовки (кроме лиц, имеющих ограничения по заболеванию): бег 100м, 3000м, прыжки в длину с места, силовые нормативы.

Тесты по адаптивной гимнастике: равновесие, гибкость, сила.

Для лиц, освобожденных от практических занятий физической культурой – реферат на заданную тему.

Семестр № 4

7.3 Для текущего контроля:

Обязательные тесты физической и функциональной подготовки (кроме лиц, имеющих ограничения по заболеванию): бег 100м, 3000м, прыжки в длину с места, силовые нормативы.

Тесты по адаптивной гимнастике: равновесие, гибкость, сила.

Для лиц, освобожденных от практических занятий физической культурой – реферат на заданную тему.

Семестр №5

7.4 Для текущего контроля:

Обязательные тесты физической и функциональной подготовки (кроме лиц, имеющих ограничения по заболеванию): бег 100м, 3000м, прыжки в длину с места, силовые нормативы.

Тесты по адаптивной гимнастике: равновесие, гибкость, сила.

Для лиц, освобожденных от практических занятий физической культурой – реферат на заданную тему.

Семестр №6

7.5 Для текущего контроля:

Обязательные тесты физической и функциональной подготовки (кроме лиц, имеющих ограничения по заболеванию): бег 100м, 3000м, прыжки в длину с места, силовые нормативы.

Тесты по адаптивной гимнастике: равновесие, гибкость, сила.

Для лиц, освобожденных от практических занятий физической культурой – реферат на заданную тему.

7.6 Для промежуточной аттестации:

Сдача контрольных тестов по физической и функциональной подготовленности

Сдача тестов по адаптивной физической культуре

Устная защита реферата по своему заболеванию (для лиц, освобожденных от практических занятий)

8.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 7

№ п/п	Наименование учебных аудиторий (лабораторий) и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы
1	Спортзал	Помещение для проведения занятий по развитию физических качеств студентов. Комплект спортивного оборудования: тренажеры, зона для проведения занятий по борьбе.
2	Спортивная площадка	Территория, оборудованная для нескольких видов спорта. Комплект спортивного оборудования: баскетбольные кольца, футбольные ворота, волейбольная сетка.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 8

№ п/п	Автор(ы)	Наименование издания	Вид издания (учебник, УП, МП и др.)	Издательство	Год издания	Адрес сайта ЭБС или электронного ресурса (заполняется для изданий в электронном виде)
1	2	3	4	5	6	7
9.1 Основная литература, в том числе электронные издания						
1	Евсеев С.П.	<i>Теория и организация адаптивной физической культуры</i>	Учебник	Москва: Издательство «Спорт»	2016	http://www.iprbookshop.ru/55593.html
9.2 Дополнительная литература, в том числе электронные издания						
2	Ростомашвили Л.Н.	<i>Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития</i>	Учебное пособие	Москва: Издательство «Спорт»	2020	http://www.iprbookshop.ru/88510.html

9.3 Информационное обеспечение учебного процесса

9.3.1 Ресурсы электронной библиотеки

- ЭБС IPR Books <http://iprbookshop.ru> (учебники и учебные пособия, монографии, сборники научных трудов, научная периодика, профильные журналы, справочники, энциклопедии);
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru> (крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования)

9.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. Основы физической культуры в вузе: http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/

9.3.3 Лицензионное программное обеспечение (ежегодно обновляется)

Программа разработана Щипцовой М.Н.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры от 14.06.2018 г., протокол №10.

**Лист регистрации изменений и дополнений
в рабочую учебную программу**

Составителем внесены следующие изменения:

Содержание изменений	Номер протокола и дата заседания кафедры по утверждению изменений
1) Внесены изменения в состав рекомендуемой литературы дисциплины 2) Актуализированы профессиональные базы данных и информационно-справочные системы 3) Актуализировано материально-техническое обеспечение дисциплины 4) Актуализированы оценочные средства дисциплины	Протокол № 11 от «25» июня 2019 г.
1) Внесены изменения в состав рекомендуемой литературы дисциплины 2) Актуализированы профессиональные базы данных и информационно-справочные системы 3) Актуализировано материально-техническое обеспечение дисциплины 4) Актуализированы оценочные средства дисциплины	Протокол № 12 от «25» июня 2020 г.