Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

И.о. директора Салимов Марат Ильдусович
cn=И.о. директора Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou, email=direkt@sport-ural.ru, c=RU
2026.02.02 12:51:09 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе
_____М.И.Салимов

«02» февраля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЦЕНТРАХ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ»**

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Форма обучения – очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Объем программы- 4 часа

Екатеринбург 2026 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Адаптивная физическая культура в центрах социальной реабилитации»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ АФК протокол № 5 от «14» января 2026 г.

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 5 от «02» февраля 2026 г.

Заведующий кафедрой . _____И.В. Тимофеева
подпись

Согласовано:
Декан ФПК и ППК _____М.В. Светлакова
подпись

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

код компе-тен-ции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью или частично)	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
1	2	3	**4**	5
ПК-3	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	Подбор показателей и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся.	Знает: - методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося. Умеет: - подбирать показатели и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся с учетом физического состояния занимающегося, особенностей патологии. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся.	A/03.5 Измерение и оценка общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающих я в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Трудоемкость
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	4
Лекции (Лек)	2
Практические занятия (Пр)	2
Самостоятельная работа	2

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоя-тельная работа (часы)
1.	**Адаптивная физическая культура в центрах социальной реабилитации**	**Лекции:** Особенности организации занятий и мероприятий адаптивной физической культуры в центрах социальной реабилитации инвалидов и детей-инвалидов. **Практическое занятие:** Медицинские показания и противопоказания к занятиям по различным видам двигательной активности (плавание, легкая атлетика, подвижные и спортивные игры и др.); основы врачебного контроля в адаптивной физической культуре. Первая медицинская помощь на занятиях адаптивной физической культурой. **Самостоятельная работа студентов** Раскрыть основные противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой.	2 2	2

4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СЛУШАТЕЛЕЙ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы к зачету

Социальное обслуживание инвалидов.

2. Социальное обслуживание инвалидов на дому.

3. Роль специалиста по адаптивной физической культуре в системе помощи людям с ограниченными возможностями.

4. Система учреждений, занимающихся социальной реабилитацией инвалидов

5. Нормативно-правовая база учреждений социальной защиты инвалидов.

6. Место центров социальной реабилитации в системе социальной защиты инвалидов.

7. Структура центров социальной реабилитации инвалидов.

8. Цель и задачи организации центров социальной реабилитации.

9. Уставы центров социальной реабилитации.

10. Социальное обслуживание инвалидов.

11. Реабилитационная направленность адаптивного физического воспитания в центрах социальной реабилитации инвалидов.

12. Социальная реабилитация инвалидов.

13. Принципы социальной реабилитации.

14. Основные направления реабилитации инвалидов.

15. Психофизические особенности лиц, занимающихся адаптивной физической культуры в центрах социальной реабилитации инвалидов.

16. Центры социальной реабилитации инвалидов: отделения центра, задачи отделений.

17. Услуги центров социальной реабилитации инвалидов, лицензии на медицинскую и образовательную деятельность.

18. Отделение адаптивной физической культуры: основные принципы работы, штатный состав.

19. Отделение центров социальной реабилитации инвалидов: контингент занимающихся, режимы работы.

20. Структура и содержание занятий, задачи, деятельность педагога.

21. Показания и противопоказания при регулировании нагрузки.

22. Принципы обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья в центрах социальной реабилитации.

23. Междисциплинарное взаимодействие при оказании реабилитационной помощи лицам с расстройствами социального поведения. Основные этапы реабилитационной работы.

24. Групповые и индивидуальные занятия с учетом психофизических возможностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

25. Особенности проведения занятий АФВ в центрах социальной реабилитации инвалидов.

26. Психологические особенности личности инвалидов при различных видах заболеваний и травм.

27. Специфика работы с молодыми инвалидами.

28. Динамика физической и эмоционально-психической нагрузки и способы ее регулирования на занятии АФВ.

29. Активизация психических процессов, познавательной и речевой деятельности на занятиях АФВ.

30. Социальные отношения в сфере реабилитации и формирования здорового образа жизни лиц с ограниченными возможностями.

31. Адаптивная физическая культура и спорт как результат гуманизации социальных взаимодействий в реабилитационной сфере.

32. Интегративный характер адаптивной реабилитационной практики.

33. Приспособление окружающей среды к потребностям инвалидов: отечественный и зарубежный опыт.

34. Требования к спортивным сооружениям, которые используются для занятий адаптивной физической культурой.

35. Оснащение залов для занятий адаптивной физической культуры в центрах социальной реабилитации: оборудование, тренажеры.

36. Техника безопасности на занятиях адаптивной физической культурой в центрах социальной реабилитации.

6. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438915

2. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебное пособие для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 156 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12705-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/448143

3. Современные проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры / под ред. А.И. Навойчик, А.И. Шпаков, А.М. Полещук. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 122 с. - ISBN 978-5-4458-2201-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135304

4. Федорова, Т.Н. Разработка и реализация индивидуальной программы реабилитации больного/инвалида : учебное пособие / Т.Н. Федорова, А.Н. Налобина - Омск : [б. и.], 2017.- 221 с. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Центр реабилитации: функции, задачи, возможности : учебное пособие для самостоятельной работы студентов специальности "Адаптивная физическая культура" / Брянский филиал Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург) ; сост.: Е. А. Симутина, Ю. В. Киреев, А. Ю. Киреева, Е. А. Орачевская, И. Н. Сергеев, В. И. Юхименко. - Брянск : [б. и.], 2014. - 96 с. - Библиогр.: с. 92-96.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную

деятельность по направлению 034300 (62) "Физическая культура" / С. П. Евсеев [и др.] ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. :

2. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : учебное пособие / О.В. Громова. - Москва : Колос-с, 2018. - 181, [1] с. : ил. - а. - Библиогр.6 с. 150-152. в конце гл. - ISBN 978-5-00129-021-6

3. Евсеева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы) : учебное пособие для вузов, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / О.Э. Евсеева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 117 с. - Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

4. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Текст] : учебное пособие / С. П. Евсеев [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с.

5. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 182 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/430167

6. Мотивация к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни у различных групп населения Российской Федерации, в том числе подрастающего поколения [Электронный ресурс] : коллективная монография / О. Э. Евсеева [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под ред. С. А. Цветкова, О. Э. Евсеевой. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС.

7. Павленок,П.Д. Технологии социальной работы с различными группами населения [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Социальная работа" / П. Д. Павленок, М. Я. Руднева ; под ред. П. Д. Павленка. - Москва : ИНФРА-М, 2012. - 271, [1] с.

8. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для академического бакалавриата / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 158 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438765

9. Ростомашвили,Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / Л. Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с.

10. Хорошилова, Л.С. Технология социальной реабилитации отдельных категорий инвалидов : учебное пособие / Л.С. Хорошилова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 122 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278894

ПЕРЕЧЕНЬ информационных ресурсов по разделу:

 Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)

 Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/
 Архив журналов РАН libnauka.ru
 Библиотека международной спортивной информации: http://bmsi.ru/(link is external)
 Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
 Международная ассоциация спортивной информации http://www.iasi.org/(link is external)
 Международные спортивные федерации: http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp(link is external)
 Министерство образования и науки Российской Федерации http://Минобрнауки.рф/
 Министерство спорта Российской Федерации http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
 Научная электронная библиотека http://www.elibrary.ru(link is external)
 Российское образование http://www.edu.ru/
 Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru
 Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
 Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) http://fano.gov.ru/ru/
Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru(link is external)
 ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
 ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
 Электронно-библиотечная система IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/
 Электронно-библиотечная система Университетская библиотека On-line http://biblioclub.ru/

8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Кадровое обеспечение реализации программы

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью.

Доля преподавателей, имеющих ученую степень и (или) ученое звание, в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной программе, составляет 60 % преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение программы

В соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 01 июля 2013 г. N 499 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» организация образовательного процесса при реализации данной дополнительной профессиональной программы повышения квалификации регламентируется учебным планом; рабочими программами учебных дисциплин (модулей); материалами, обеспечивающими качество подготовки обучающихся; календарным учебным графиком, а также методическими материалами, обеспечивающими реализацию соответствующих образовательных технологий.

Реализация дистанционных образовательных технологий и электронного обучения включает в себя доступ слушателей к электронным информационной среде

образовательной организации, возможность ознакомления с мультимедийным сопровождением изучаемого материала, проведение онлайн-тестирования.

Материально-техническое обеспечение программы.

Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий, физкультурно-оздоровительного комплекса, включающего в себя оборудованные спортивные тренажерные залы и прочее.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- доступ слушателей к учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе: учебникам, книгам, журналам;

демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды).

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина **«Социальная защита инвалидов»** предполагает следующие формы работы: лекции, и самостоятельная работа слушателей.

Отбор материала для лекционных занятий, его организацию рекомендуется производить в соответствии со следующими принципами: научности; комплексности; системности, наглядности.

Рекомендуется использовать следующие виды самостоятельной работы студентов: проработка конспекта лекции; анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме (с указанием страниц), подготовка рецензий; проведение научных исследований; выполнение тестовых заданий; выполнение домашней контрольной работы, письменное или устное решение задач, разбор конкретных ситуаций; подготовка к дискуссии по определенной проблеме на базе прочитанной литературы, изучения нормативных актов, практики т.д.; подготовка списка литературы (библиографии) и подборка нормативных источников по определенной тематике, их изучение и т.д.

Для освоения дисциплины рекомендуется использовать следующие методы и средства обучения: компьютерный класс, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук и т.д.), комплекты электронных презентаций/слайдов и т.д