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

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.09.17 15:00:18 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе

_____М.И.Салимов

«30» января 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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- 12 часов

Екатеринбург 2025 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Технологии физкультурно-спортивной деятельности»* 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 «15» января 2025 г.
Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 5 от «30» января 2025 г.

Заведующий кафедрой И.В. Тимофеева

Согласовано:

Декан ФПК и ППК М.В. Светлакова

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
ОПК-1	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Способен проводить занятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению лиц с отклонениями в состоянии здоровья»	**Знать:** **Пороговый уровень** **-** методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр. **Высокий уровень** **-** методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях. **Повышенный уровень** **-** методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	**Тип профессиональной задачи/ Реабилитационная (восстановительная** **05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ** **Профессиональный стандарт "Инструктор-методист по АФК"** **УТВЕРЖДЕН** **приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 4 августа 2014 № 526н Инструктор по адаптивной физической культуре** Код 05.004 **Анализ потребностей рынка труда** 1. Получение информации о проблемах, связанных с состоянием физической работоспособности занимающегося различными формами двигательной активности, за исключением спорта 2.Организация и методическое обеспечение процессов использования различных форм двигательной активности с элементами спорта в отношении лиц различных групп здоровья 3.Оказание реабилитационной помощи по

			Умеет: **Пороговый уровень** **-** нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. **Высокий уровень** **-** нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок. **Повышенный уровень** **-** нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - подбирать величину тренировочной нагрузки на занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов двигательных действий. **Имеет опыт:** **Пороговый уровень** - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся. **Высокий уровень:** - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных - режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся. **Повышенный уровень:** - использования анатомической терминологии, адекватно	сохранению и восстановлению основных физических качеств: выносливости (толерантности к физическим нагрузкам), силы, быстроты, координации, ловкости. **02.ЗДРАВООХРАНЕНИЕ** Профессиональный стандарт "Специалист по медицинскому массажу" УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 26 ноября 2018 года N 744н (В редакции, введенной в действие с 2 февраля 2019 года приказом Минтруда России от 26 декабря 2018 года N 849н.) *Специалист по медицинскому массажу* Код 02.042

			отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных - режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; -планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием частных методик адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий.	

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Трудоемкость
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	8
Лекции (Лек)	6
Практические занятия (Пр)	2
Самостоятельная работа, в том числе	4

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоя-тельная работа (часы)
Модуль №1 ОБЩИЕ ОСНОВЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕХНОЛОГИИ ФСД»				
	Название раздела 1	**АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ОТНЕСЕННЫХ К СМГ**		
1.1.	**Тема** Введение в дисциплину. Методические основы занятий со школьниками СМГ. Нагрузка в АФВ и способы ее регулирования. Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий АФВ лиц с ограниченными возможностями. Содержание программного материала по физическому воспитанию для учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных	**Лекции** Распределение учащихся на специальные медицинские группы. Цель, задачи организации занятий с учащимися СМГ. Критерии включения обучающихся в ту или иную СМГ. Основные средства физического воспитания. Механизмы действия физических упражнений. Классификация физических упражнений по признаку оздоровительного и развивающего эффекта. Интенсивность упражнений, используемых на занятиях с ослабленными детьми. Основные периоды проведения занятий в СМГ. Структура и содержание занятий в СМГ со школьниками различных возрастных и нозологических групп. Структура заболеваемости учащихся СМГ. Структура и содержание занятий в специальной медицинской группе. Основы знаний, способы деятельности, физическое совершенствование и требования, предъявляемые к качеству освоения учебного материала школьниками специальных медицинских групп. Характеристика физической нагрузки. Отдых как основной элемент методов адаптивного физического воспитания. Способы определения величины нагрузки в АФВ. Объективные и субъективные показатели воздействия нагрузки. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль на занятиях по АФВ. Допустимые критические пороги величины ЧСС, имеющие важное значение при дозировании нагрузки в АФВ.	4	

	возрастных групп. Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы у учащихся школьного возраста.	Основные критерии оценки уровня физического и психического состояния занимающихся. Объективные и субъективные признаки утомления и переутомления. Основные показания и противопоказания к занятиям АФВ лиц с ограниченными возможностями. Основы теоретических знаний и программный материал для учащихся 1-4, 5-9, 10-11 классов. Основные разделы программы: гимнастика, легкая атлетика, аэробика, акробатика, подвижные игры с элементами спортивных, корригирующая гимнастика. Распределение учебного материала по четвертям и урокам. Тематическое планирование раздела «Корригирующие упражнения» для всех нозологических групп. Краткая характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы у учащихся школьного возраста (ревматизм, миокардит, порок сердца, бронхиальная астма, хронический бронхит). Цель и задачи адаптивного физического воспитания с данной категорией учащихся. Средства и методы, используемые в процессе организации занятий с детьми, имеющими заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Основные показания и противопоказания к использованию физических упражнений. Дозирование физической нагрузки и врачебно-педагогический контроль на занятиях со школьниками, имеющими заболевания сердечно-сосудистой.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) 1.Знания из каких областей наук необходимы педагогу для организации и проведения процесса АВФ школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья? 2. Что является особенностями применения средств развития, оздоровления и коррекции в процессе занятий АФВ? 3. В чем проблематика организации и проведения процесса АФВ школьников различных нозологических групп?		4
Модуль № 3 СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ ПО МЕТОДИКИ ДЖ. ПИЛАТЕСА				
	Название раздела 1	**ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ СИСТЕМЫ ПИЛАТЕС И ЕЁ СОЗДАТЕЛЬ. ФИЛОСОФИЯ И ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ МЕТОДИКИ**		

	Особенности оздоровительной тренировки по методики Пилатес Особенности выполнения упражнений. Формат занятия. Подбор упражнений.	**Лекции** Основные понятия и определения системы упражнений по методики Пилатес. Цель и задачи Пилатаса. Показания и противопоказания к занятия. Пилатес рекомендуется: спортсменам перенёсшим травмы, танцорам, актёрам, музыкантам (людям искусства для которых важна правильная осанка), людям страдающим хроническими болями в спине, лицам пожилого возраста, страдающих лишним весом. Выполнение основные упражнения.Философия и основные принципы системы упражнений Дж. Писатеса. Концентрация внимания; мышечный контроль без напряжения; централизация; воображение (визукализация); плавное выполнение движений без пауз и остановок; точность; правильное дыхание; регулярность тренировок. Контроль над дыханием в процессе выполнения упражнений. Особенности организации и проведения занятий.Формат урока. Упражнения в подготовительной, основной и заключительной частях занятия. Базовая программа (основные упражнения). Нейтральные положения тела: стоя, сидя, лёжа на спине, лёжа на боку. Влияние Пилатеса на организм занимающихся. Практическое занятие:Многочисленные аспекты применения упражнений системы Пилатес. Изучение комплекса упражнений 1 уровня сложности (программа для начинающих). Последовательность упражнений программы для начинающих. Программа уделяет особое внимание контролю над движением и укреплению мышц «центра силы». Задача курса состоит в увеличении скорости движений в уже привычных и известных Вам упражнениях (изученных ранее). Рекомендовано выполнять упражнений. Изучение комплекса упражнений 2 уровня сложности (программа среднего уровня сложности). Последовательность упражнений программы среднего уровня сложности. В программе среднего уровня сложности предлагаются дополнительные упражнения. Также рекомендуется не пренебрегать ранее изученными упражнениями, а новые более сложные, старайтесь освоить так же хорошо. Обратите внимание на переходы от одного упражнения к другому и их модификации для упрощения или усложнения тренировки. Выполняйте каждое движение точно, не забывая о правильном дыхании.	2 2	

3.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема практических занятий	Интерактивные формы проведения занятий	Трудоемкость (час)
Адаптивное физическое воспитание школьников отнесенных к СМГ	Презентация	0,5
Основные понятия системы упражнений по методу Дж. Пиоатеса. Философия, принципы Пилатеса	Презентация	0,5
Теоретические основы йоги.	Презентация	0,5
Йога для беременных.	Презентация	0,5

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.

Модуль №1 ОБЩИЕ ОСНОВЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕХНОЛОГИИ ФСД»

Название раздела 1

АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ОТНЕСЕННЫХ К СМГ

Тема

Введение в дисциплину. Методические основы занятий со школьниками СМГ

Содержание

1. Цели и задачи организации занятий со школьниками СМГ.
2. Классификация средств, используемых для организации занятий в СМГ.
3. Структурные особенности построения занятий АФВ со школьниками СМГ.
4. Критерии отнесения школьников для занятий в СМГ и особенности их разделения по нозологическим группам.
5. Особенности методики построения занятий с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
6. Критерии оценки уровня физического развития, функционального состояния, физической подготовленности и работоспособности учащихся СМГ.
7. Области знаний, необходимых педагогу для организации и проведения процесса АВФ школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
8. Что является особенностями применения средств развития, оздоровления и коррекции в процессе занятий АФВ.
9. Проблемы организации и проведения процесса АФВ школьников различных нозологических групп.

Форма отчетности

Устный опрос

Название раздела

ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ФОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ СМГ

Тема

Содержание программного материала по физическому воспитанию для учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных возрастных групп

Содержание

1. Основы знаний по физической культуре и способы деятельности учащихся младших классов с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Содержание разделов программного материала по АФВ для учащихся младших классов (подвижные игры, легкая атлетика, гимнастика, оздоровительные технологии).
3. Основы знаний по физической культуре и способы деятельности учащихся средних классов с отклонениями в состоянии здоровья.
4. Содержание разделов программного материала по АФВ для учащихся средних классов (подвижные игры, легкая атлетика, гимнастика, плавание, лыжная под-готовка, коррекционная гимнастика, оздоровительные технологии)
5. Основы знаний по физической культуре и способы деятельности учащихся старших классов отнесенных по состоянию здоровья к СМГ.

6.Содержание разделов программного материала по АФВ для учащихся старших классов и контрольные нормативы оценки знаний, физического развития, физической подготовленности

Форма отчетности
Устный опрос

Модуль № 2

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО ШКОЛЬНИКАМИ СМГ

Название раздела

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО ШКОЛЬНИКАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ

Тема

Характеристика заболеваний сердечно-сосудистой системы у учащихся школьного возраста

Содержание
1. Конкретизация целей и задач организации занятий со школьниками СМГ, имеющими заболевания кардиореспираторной системы.
2. Классификация средств, используемых для организации занятий в СМГ с учащимися, имеющими заболевания кардиореспираторной системы.
3. Основные показания и противопоказания к использования оздоровительных систем у школьников с заболеваниями дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Форма отчетности
Устный опрос

Тема

Средства и методы, адаптивного физического воспитания со школьниками СМГ с заболеваниями кардиореспираторной системы.

Содержание
1.Влияние физических упражнений на функциональное состояние кардиоресперотоpной системы детей различных возрастных групп.
2. Задачи использования различных оздоровительных, коррекционных методик в процессе занятий АФВ учащихся с заболеваниями кардиорespераторной системы.

Форма отчетности
Устный опрос

Название раздела

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АФВ СО ШКОЛЬНИКАМИ СМГ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Тема

Характеристика заболеваний опорно-двигательного аппарата у СМГ

Сожержание
1. Конкретизация целей и задач организации занятий со школьниками СМГ, имеющими заболевания ОДА.
2. Основные показания и противопоказания к использования оздоровительных систем у школьников с заболеваниями ОДА.
3. Влияние коррекционной гимнастики на функциональное состояние позвоночника и стопы у детей различных возрастных групп.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Примеры оценочных средств для текущего контроля успеваемости

1. Практические задания:

1) Составить комплекс упражнений ритмической гимнастикой с учетом заболевания, возраста и пола занимающегося.

Ответ:

1. Продемонстрировать технику выполнения упражнений.
2. Дать методически указания
3. Описать коррекционные направления деятельности

2) Составить и выполнить комплекс упражнений для аэробной части занятия классической аэробикой.

1. Продемонстрировать технику выполнения упражнений.
2. Продемонстрировать умение управлять группой.
3. Описать коррекционные направления деятельности

3) Составить занятие с применением подвижных игр для детей с нарушениями слуха (зрения, ОДА).

1. Объяснить правила и особенности проведения.
2. Продемонстрировать организацию и проведение занятия.
3. Дать практические рекомендации.

4) Программа по адаптивной физической культуре для детей с психосоматическими нарушениями на основе принципов М. Норбекова.

1. Составить комплекс упражнений.
2. Продемонстрировать технику выполнения упражнений.

5) Программа по адаптивной физической культуре для детей с заболеваниями дыхательной системы с применением методики Стрельниковой.

1. Составить комплекс упражнений.
2. Продемонстрировать технику выполнения упражнений.

6)



1. Дайте пределение: *Сурья Намаскар - "Приветствие Солнца"*- это……..
2. Последовательность выполнения Асанов (пронумеруйте Асаны на картинке)
3. Дайте методические указания к выполнению Сурья Намаскар.

7) 

Задание:
1. Название Асаны
2. Техника выполнения
3. Влиянием Асаны на организм занимающихся

8) Составьте комплекс упражнений по методики Пилатес 1 уровня сложности
1. Продемонстрируйте комплекс упражнений
2. Дайте методические указания
3. Дайте практические рекомендации

9) Составьте комплекс упражнений по методики Пилатес с использованием изотонического кольца
1. Продемонстрируйте комплекс упражнений
2. Дайте методические указания
3. Дайте практические рекомендации

2. Проведение фрагмента урока по АФВ для разных нозологических групп.

Критерии оценки:

2 балла	Фрагмент урока проведен (составлен) не полно, с ошибками, не соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям.
3 балла	Фрагмент урока проведен (составлен) не полно, с некоторыми ошибками, не соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям.
4 балла	Фрагмент урока проведен (составлен) полно, но с незначительными ошибками, не полностью соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям.
5 баллов	Фрагмент урока проведен (составлен) составлены полно, соответствуют нозологической категории, вторичным нарушениям.

Вопросы к устному зачету

1. Врачебно-педагогический контроль в процессе организации и проведения занятий по АФВ школьников СМГ.
2. Организация и проведение занятий по адаптивному физическому воспитанию с школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
3. Физическое развитие и физическое воспитание детей школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья.
4. Средства и методы АФВ школьников с отклонениями в состоянии здоровья.
5. Цель и задачи адаптивного физического воспитания школьников по состоянию здоровья отнесенных к СМГ.

6. Формы организации и проведения занятий со школьниками различных нозологических и возрастных групп.

7. Структура занятий адаптивным физическим воспитанием в специальной медицинской группе.

8. Методические особенности проведения занятий по адаптивному физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп.

9. Содержание, методы и методические приемы проведения занятий с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

10. Критерии для определения детей в СМГ.

11. Содержание программы по физическому воспитанию в специальных медицинских группах (1-4 классы).

12. Содержание программы по физическому воспитанию в специальных медицинских группах (5-9 классы).

13. Структура и содержание учебного материала для учащихся специальных медицинских групп (10-11классы).

14. Особенности организации и проведения занятий по АФВ со школьниками СМГ различных нозологических групп.

15. Методика построения занятий в зависимости от заболеваний, дозировка и методы контроля.

16. Организация двигательной активности на занятиях со школьниками, имеющими отклонения со стороны СС и дыхательной систем.

1. Виды и содержания занятий дошкольников и школьников с нарушениями деятельности СС и дыхательной систем.

2. Показатели, характеризующие состояние и нарушения деятельности ССС и дыхательной систем.

3. Организация двигательной активности на занятиях со школьниками, имеющими заболевания ОДА.

4. Показания и противопоказания к использованию различных упражнений на занятиях со школьниками, имеющими заболевания ОДА.

5. Организация двигательной активности на занятиях со школьниками, имеющими заболевания ЖКТ и мочеполовой системы.

6. Показания и противопоказания к использованию различных упражнений. Подбор средств для развития и совершенствования основных физических качеств учащихся с заболеваниями ЖКТ.

7. Организация двигательной активности на занятиях со школьниками, имеющими заболевания органов зрения и слуха.

8. Физические упражнения как средство повышения двигательных и адаптационных возможностей детей с заболеваниями органов зрения и слуха.

9. Особенности организации и проведения занятий со школьниками, имеющими нарушения обмена веществ.

10. Использование нетрадиционных средств физического воспитания для повышения двигательной активности на занятиях с учащимися СМГ.

11. Цели, задачи, средства и методы, используемые для повышения двигательной активности на занятиях со студентами СМГ.

12. Формы и методы врачебно-педагогического контроля в процессе занятий АФВ со школьниками специальных медицинских групп.

13. Характеристика физической нагрузки в АФВ школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

14. Способы дозирования физической нагрузки в процессе занятий с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

15. Критерии оценки оптимальности нагрузки и эффективности построения занятий по АФВ для учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

16. Виды и формы врачебно-педагогического контроля, используемые в процессе занятий АФВ школьников с отклонениями в состоянии здоровья.
17. Особенности проведения методик оценки физического развития, функционального состояния, физической подготовленности учащихся с отклонениями в состоянии здоровья.
18. История создания системы упражнений «Пилатес».
19. Определение понятия «Пилатес». Его связь с другими видами фитнеса
20. Цели программы «Пилатес»
21. Положительный эффект от занятий по программе «Пилатес»
22. Принцип концентрации
23. Принцип дыхания
24. Принцип центрирования
25. Принцип контроля
26. Принцип точности
27. Принцип плавности
28. Принцип стабилизации
29. Принцип интеграции
30. Виды тренировок по системе «Пилатес»
31. Виды дополнительного оборудования, применяемые на занятиях по системе «Пилатес»
32. Принципы использования доп. оборудования на занятии.
33. Основные требования по технике выполнения упражнений
34. Формат занятия. Подготовительная, основная, заключительная части.
35. Что такое многоуровневость тренировки?
36. Основные требования к работе инструктора на занятии
37. Психологические аспекты занятия
38. Осанка. Дать определение понятию «Правильная осанка», коррекция осанки на занятиях по системе «Пилатес»
39. Особенности исходного положения при выполнении упражнений по системе «Пилатес»
40. Перечислить основные упражнения из положения «сидя». Уровни сложности 3-х любых на выбор.
41. Перечислить основные упражнения из положения «лежа на спине». Уровни сложности 3-х любых на выбор.
42. Перечислить основные упражнения из положения «лежа на животе». Уровни сложности 3-х любых на выбор.
43. Перечислить основные упражнения из положения «на боку». Уровни сложности 3-х любых на выбор.
44. Понятие йоги, ее структура.
45. Цели и задачи йоги
46. Виды йоги (краткая характеристика)
47. Перечислите основные аспекты йоги.
48. Основные принципы и черты Хатха-йоги.
49. Место йоги в спортивной подготовке.
50. Многочисленные аспекты применения йоги.
51. Влияние Хатха-йога на организм занимающихся.
52. Значение и характеристика асанов стоя.
53. Значение и характеристика асанов лёжа.
54. Значение и характеристика изгибания, наклоны вперед и назад.
55. Значение и характеристика перевёрнутые поз в Хатха-йоге.
56. Пранаяма – система йогического дыхания, дыхательные упражнения, контроль дыхания.

6. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Основная литература

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК: учебник/авт.-сост. О. Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016.-384с.: ил.- ISBN 978-5-906839-18-3.- 1000 экз.-Текст: непосредственный.

7.2. Дополнительная литература

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК: учеб. пособие/авт.-сост. О. Э. Аксенова, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. – Москва: Советский спорт, 2007.-296с.: ил.- ISDN 978-5-9718-0239-6.- 500 экз.-Текст: непосредственный.

7.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/

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/

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru (link is external)

Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Программное обеспечение.

ROSA ENTERPRISE LINUX DESKTOP
WPS OFFICE 2016 Linux
Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита)
Система «Ведомости кафедры»
Мультимедийное сопровождение дисциплины

8.2. Материально-техническое обеспечение

1) 243 кабинет лечебной физической культуры и массажа Екатеринбург, ул. Шаумяна,. 85; теории, организации и методики адаптивной физической культуры Екатеринбург, ул. Шаумяна, 85. (Кольца для пилатеса, батут, мягкий модуль 2 шт, гимнастические палки, балансы, шведская стенка, бодибар, гантели, фитболы, сенсорные дорожки, массажные мячи, блоки для йоги, полусферы, гимнастические коврики, утяжелители, степ-платформы, скакалки, гимнастические палки (20 шт.), кольца для

пилатеса, шведская стенка, бодибары, гантели, фитболы, массажные мячи, блоки для йоги, гимнастические коврики, утяжелители, степ-платформы).

2) 312 ауд.: Стол 1 шт., парты- 16 шт., стенд – 2 шт., стулья- 32 шт., доска классная -1 шт., проектор – шт., экран- 1 шт.,, монитор- 1 шт., маленький процессор – 1 шт., презентации – 4 шт. Программное обеспечение GNU GPL: Операционная система Linux + Офисный пакет LibreOffice + Браузер Chromium, Mozilla Firefox

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В рамках дисциплины предполагается изучение следующих разделов:

- Адаптивное физическое воспитание со школьниками специальных медицинских групп. Планирование учебной работы по физическому фоспитанию учащихся СМГ
- Особенности организации и проведения занятий по АФВ со школьниками СМГ с заболеваниями кардиореспираторной системы, заболеваниями опорно-двигательного аппарата, желудочно- кишечного тракта и мочеполовой системы, с расстройствами нервной системы и аномалией рефракций.
- Система оздоровительной тренировки по методики Дж. Пилатеса. Основные понятия системы пилатес и её создатель. философия и основные принципы методики
- Организация и проведение занятий по Пилатесу.
- Теоретические основы йоги.
- Организационно-методические особенности проведения занятий по йоге с лицами разного пола, возрасты, уровня физического развития.

При подготовке к лекционным занятиям студенту необходимо:

- тщательно изучить содержание программы и теоретический материал, изложенный в предыдущей лекции;
- изучить основные термины и понятия по теме, при необходимости дополнить новыми определениями;
- изучить материал, не рассмотренный на лекциях и практических занятиях, и предложенный преподавателем для самостоятельного изучения, ориентируясь на задания для самостоятельной работы.

При выполнении практических заданий следует придерживаться следующей схемы: характеристика нарушений, изучение вторичных отклонений и методика АФК.

По всем разделам предусмотрено выполнение студентами различных видов самостоятельной работы:

- самостоятельная работа во время основных аудиторных занятий (лекций, семинаров, лабораторных работ);
- самостоятельная работа под контролем преподавателя в форме плановых консультаций и творческих контактов;
- внеаудиторная самостоятельная работа при выполнении студентом домашних заданий учебного и творческого характера.

Для подготовки к аттестации рекомендуется:

- изучить лекционный и практический материал;
- изучить материалы, представленные по данной дисциплине в библиотеке или воспользоваться электронной библиотекой;
- использовать самообучающие программы;

Контроль над самостоятельной работой осуществляется преподавателем как на занятиях, так и в дополнительное время, представленное для индивидуальной работы со студентами.