

Документ подписан простой электронной подписью.  
Информация о владельце:

ФИО: Кандрашина Елена Александровна

Должность: И.о. ректора ФГАОУ ВО «Самарский государственный экономический университет»

Дата подписания: 10.07.2025 13:49:17

Уникальный программный ключ:

2db64eb9605ce27edd3b8e8fdd32c70e0674ddd2

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**  
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«Самарский государственный экономический университет»**

**Институт**      Институт экономики предприятий

**Кафедра**      Физического воспитания

**УТВЕРЖДЕНО**

Ученым советом Университета

(протокол № 10 от 22 мая 2025 г. )

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Наименование дисциплины**      Б1.В.ДЭ.02.02 Адаптивная физическая культура

**Основная профессиональная образовательная программа**      42.03.01 Реклама и связи с общественностью программа Диджитал-реклама, связи с общественностью и медиакоммуникации

Квалификация (степень) выпускника Бакалавр

## Содержание (рабочая программа)

Стр.

- 1 Место дисциплины в структуре ОП
- 2 Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов обучения по программе
- 3 Объем и виды учебной работы
- 4 Содержание дисциплины
- 5 Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины
- 6 Фонд оценочных средств по дисциплине

Целью изучения дисциплины является формирование результатов обучения, обеспечивающих достижение планируемых результатов освоения образовательной программы.

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина Адаптивная физическая культура входит в часть, формируемая участниками образовательных отношений (дисциплина по выбору) блока Б1. Дисциплины (модули)

Предшествующие дисциплины по связям компетенций: Физическая культура и спорт

Последующие дисциплины по связям компетенций: Основы финансового и экономического анализа

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов обучения по программе

Изучение дисциплины Адаптивная физическая культура в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

### Универсальные компетенции (УК):

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

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
УК-7	<p>УК-7.1: Знать:</p> <p>основы здорового образа жизни и здоровье сберегающие технологии для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки; нормы здорового образа жизни</p>	<p>УК-7.2: Уметь:</p> <p>выполнять комплекс упражнений по физической культуре; выбирать здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; планировать личное рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>УК-7.3: Владеть (иметь навыки):</p> <p>системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>

УК-9 - Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
УК-9	УК-9.1: Знать:	УК-9.2: Уметь:	УК-9.3: Владеть (иметь навыки):
	основы организации и оперативного планирования деятельности сотрудника и организации в целом; принципы, методы, формы организации и оперативного планирования деятельности; взаимосвязь процессов организации и оперативного планирования с основными бизнес-процессами	организовывать свою профессиональную деятельность; разрабатывать оперативные планы своей деятельности и деятельности организации в целом; взаимосвязывать оперативные, тактические и стратегические планы организации	навыками организации и оперативного планирования выполнения профессиональных задач; навыками составления оперативных планов и организации мероприятий; навыками разработки планов различного уровня в организации

### 3. Объем и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы по дисциплине:

#### очно-заочная форма

Виды учебной работы	Всего час/ з.е.		
	Сем 2	Сем 3	Сем 4
Контактная работа, в том числе:	2.15/0	2.15/0	2.15/0
Занятия семинарского типа	2/0	2/0	2/0
Индивидуальная контактная работа (ИКР)	0.15/0	0.15/0	0.15/0
Самостоятельная работа:	88.85/0	88.85/0	89.85/0
Промежуточная аттестация	18/0	18/0	18/0
Вид промежуточной аттестации:			
Зачет	Зач	Зач	Зач
Общая трудоемкость (объем части образовательной программы): Часы	109	109	110
Зачетные единицы	0	0	0

### 4. Содержание дисциплины

#### 4.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий:

Тематический план дисциплины Адаптивная физическая культура представлен в таблице.

#### Разделы, темы дисциплины и виды занятий

##### очно-заочная форма

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Контактная работа			Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения в соотношении с результатами обучения по
		Занятия семинарского типа		ИКР		
		Пр	акт. зан.			
		ич.	зан.	яти		

						<b>образовательной программе</b>
1.	Общая физическая подготовка	2			134	УК-7.1, УК-7.2, УК -7.3, УК-9.1, УК- 9.2, УК-9.3
2.	Спортивно-техническая подготовка	4			133.55	УК-7.1, УК-7.2, УК -7.3, УК-9.1, УК- 9.2, УК-9.3
	Контроль	54				
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	0.45		<b>267.5 5</b>	

## 4.2 Содержание разделов и тем

### 4.2.1 Контактная работа

#### Тематика занятий семинарского типа

№п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Вид занятия семинарского типа**	Тематика занятия семинарского типа
1.	Общая физическая подготовка	практическое занятие	Снижение гипертонуса приводящих мышц и мышц сгибателей, укрепление ослабленных мышц
		практическое занятие	Улучшение подвижности в суставах, коррекция порочных установок ОДА
		практическое занятие	Улучшение координации движений и равновесия
		практическое занятие	Стабилизация правильного положения тела, закрепление навыка самостоятельного стояния, ходьбы
		практическое занятие	Расширение общей двигательной активности занимающегося, тренировка двигательных навыков
		практическое занятие	Обучение самообслуживанию, усвоению основных видов бытовой деятельности
		практическое занятие	Обучение технике бега
		практическое занятие	Воспитание гибкости
		практическое занятие	Воспитание силовых способностей
2.	Спортивно-техническая подготовка	практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике основной стойки и работе ног. Способы хвата ракетки
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике владения ракеткой, тычки
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике наката справа
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике наката слева
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике подачи и приема мяча
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике подрезки, блока
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение технике Топ-спин, Флик
		практическое занятие	<i>Настольный теннис.</i> Обучение правилам игры

		практическое занятие	<i>Настольный теннис</i> Совершенствование тактики игры. Двухсторонние учебные игры
--	--	----------------------	---

\*\* семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия

### Иная контактная работа

При проведении учебных занятий СГЭУ обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Формы и методы проведения иной контактной работы приведены в Методических указаниях по основной профессиональной образовательной программе.

#### 4.2.2 Самостоятельная работа

№п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Вид самостоятельной работы ***
1.	Общая физическая подготовка	- подготовка доклада (научное эссе) - тестирование
2.	Спортивно-техническая подготовка	- подготовка доклада (научное эссе) - тестирование

\*\*\* самостоятельная работа в семестре, написание курсовых работ, докладов, выполнение контрольных работ

## 5. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 5.1 Литература:

#### Основная литература

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебник для вузов / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 181 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16768-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563550>
2. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540745>

#### Дополнительная литература

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540918>
2. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебник для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569623>
3. Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов : учебное пособие для вузов / М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-21309-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569623>
4. 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, 2024. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08622-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539542>

### **Литература для самостоятельного изучения**

1. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной деятельности университетской молодежи: учебное пособие / Кудинова Ю.В., Карева Ю.Ю., Межман И.Ф., Курочкина Н.Е., Алексина А.О., Галкин А.А. - Самара, 2023.

2. Основы физического воспитания при самостоятельной подготовке студентов: учебное пособие /Алексина А.О., Карева Ю.Ю., Кудинова Ю.В., Иванова Л.А., Казакова О.А., Савельева О.В. [Электронное издание] - Самара, 2023.

3. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Ильина Г.В., Иванова Л.А., Савельева О.В., Надеева М.С., Гончарова Е.В., Калинина Е.А., Медведь Л.М., Мирская Н.Б., Коломенская А.Н. – Красноярск, 2014.

### **5.2. Перечень лицензионного программного обеспечения**

1. Astra Linux Special Edition «Смоленск», «Орел»; РедОС ; ОС "Альт Рабочая станция" 10; ОС "Альт Образование" 10

2. МойОфис Стандартный 2, МойОфис Образование, Р7-Офис Профессиональный, МойОфис Стандартный 3, МойОфис Профессиональный 3

### **5.3 Современные профессиональные базы данных, к которым обеспечивается доступ обучающихся**

1. Профессиональная база данных «Информационные системы Министерства экономического развития Российской Федерации в сети Интернет» (Портал «Официальная Россия» - <http://www.gov.ru/>)

2. Государственная система правовой информации «Официальный интернет-портал правовой информации» (<http://pravo.gov.ru/>)

3. Профессиональная база данных «Финансово-экономические показатели Российской Федерации» (Официальный сайт Министерства финансов РФ - <https://www.minfin.ru/ru/>)

4. Профессиональная база данных «Официальная статистика» (Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики - <http://www.gks.ru/>)

### **5.4. Информационно-справочные системы, к которым обеспечивается доступ обучающихся**

1. справочно-правовая система «Консультант Плюс»

2. справочно-правовая система «ГАРАНТ-Максимум»

### **5.5. Специальные помещения**

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Комплекты ученической мебели Мультимедийный проектор Доска Экран
Учебные аудитории для проведения практических занятий (занятий семинарского типа)	Комплекты ученической мебели Мультимедийный проектор Доска Экран Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ Спортивные залы, спортивное оборудование и инвентарь
Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций	Комплекты ученической мебели Мультимедийный проектор Доска Экран

	Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ
Учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации	Комплекты ученической мебели Мультимедийный проектор Доска Экран Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ
Помещения для самостоятельной работы	Комплекты ученической мебели Мультимедийный проектор Доска Экран Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ
Помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования	Комплекты специализированной мебели для хранения оборудования

### 5.6 Лаборатории и лабораторное оборудование

Не предусмотрено

## 6. Фонд оценочных средств по дисциплине Адаптивная физическая культура:

### 6.1. Контрольные мероприятия по дисциплине

Вид контроля	Форма контроля	Отметить нужное знаком « + »
Текущий контроль	Оценка докладов	+
	Устный/письменный опрос	-
	Тестирование	+
	Практические задачи	-
Промежуточный контроль	Зачет	+

Порядок проведения мероприятий текущего и промежуточного контроля определяется Методическими указаниями по основной профессиональной образовательной программе высшего образования; Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Самарский государственный экономический университет».

### 6.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов обучения по программе

#### Универсальные компетенции (УК):

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

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
		УК-7.1: Знать:	УК-7.2: Уметь:

	<p>основы здорового образа жизни и здоровье</p> <p>сберегающие технологии для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки;</p> <p>нормы здорового образа жизни</p>	<p>выполнять комплекс упражнений по физической культуре;</p> <p>выбирать здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;</p> <p>планировать личное рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;</p> <p>соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;</p> <p>поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
Пороговый	<p>Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры.</p>	<p>Уметь использовать средства и методы физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни.</p>	<p>Владеть навыками применения средств и методов физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни.</p>
Стандартный (в дополнение к пороговому)	<p>Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.</p>	<p>Уметь использовать средства и методы физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.</p>	<p>Владеть навыками использования средств физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.</p>
Повышенный (в дополнение к пороговому, стандартному)	<p>Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, способы обеспечения должного уровня физической</p>	<p>Уметь применять средства и методы физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, поддержания должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения</p>	<p>Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, поддержания должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной</p>

	подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности с применением средств и методов физической культуры.	полноценной социальной и профессиональной деятельности.	социальной и профессиональной деятельности.
--	--	---	---

УК-9 - Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
	УК-9.1: Знать:	УК-9.2: Уметь:	УК-9.3: Владеть (иметь навыки):
	основы организации и оперативного планирования деятельности сотрудника и организации в целом; принципы, методы, формы организации и оперативного планирования деятельности; взаимосвязь процессов организации и оперативного планирования с основными бизнес-процессами	организовывать свою профессиональную деятельность; разрабатывать оперативные планы своей деятельности и деятельности организации в целом; взаимоувязывать оперативные, тактические и стратегические планы организации	навыками организации и оперативного планирования выполнения профессиональных задач; навыками составления оперативных планов и организации мероприятий; навыками разработки планов различного уровня в организации
Пороговый	понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах	планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья, адаптировать получение информации пользователем с ОВЗ	навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья
Стандартный (в дополнение к пороговому)	Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.	Уметь применять базовые дефектологические знания в социальной сфере жизнедеятельности	Владеть навыками взаимодействия с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность в социальной и профессиональной сферах.
Повышенный (в дополнение к пороговому, стандартному)	Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации в различных сферах жизнедеятельности, с учетом социальных психофизических	Уметь применять базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах.	Владеть навыками использования средств физической культуры для поддержания своего здоровья, физического самосовершенствования лицам, имеющими ограниченные

	особенностей лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья.		возможности здоровья или инвалидность.
--	--	--	--

### 6.3. Паспорт оценочных материалов

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Контролируемые планируемые результаты обучения в соотношении с результатами обучения по программе	Вид контроля/используемые оценочные средства	
			Текущий	Промежуточный
1.	Общая физическая подготовка	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-9.1, УК-9.2, УК-9.3	Оценка докладов (научное эссе), Тестирование	Зачет
2.	Спортивно-техническая подготовка	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-9.1, УК-9.2, УК-9.3	Оценка докладов (научное эссе), Тестирование	Зачет

### 6.4. Оценочные материалы для текущего контроля

#### Примерная тематика докладов (научное эссе)

Раздел дисциплины	Темы
Общая физическая подготовка	<p>I. Теоретико-методологические основы АФК:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) История становления и развития адаптивной физической культуры в России и за рубежом.</li> <li>2) Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</li> <li>3) Виды адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация, креативные телесно-ориентированные практики).</li> <li>4) Средства и методы адаптивной физической культуры, их специфика.</li> <li>5) Роль АФК в системе комплексной реабилитации и абилитации лиц с ОВЗ и инвалидов.</li> <li>6) Педагогические технологии в адаптивной физической культуре.</li> <li>7) Диагностика и контроль в адаптивной физической культуре: методы и критерии оценки.</li> <li>8) Индивидуализация и дифференциация процесса занятий АФК.</li> </ol> <p>II. Частные методики АФК для различных нозологических групп:</p> <p>Особенности АФК при нарушениях опорно-двигательного аппарата (ДЦП, ампутации, травмы позвоночника и др.).</p> <p>АФК для лиц с нарушениями зрения (слепые и слабовидящие).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3) АФК для лиц с нарушениями слуха (глухие и слабослышащие).</li> <li>4) АФК при интеллектуальных нарушениях (умственная отсталость, расстройства аутистического спектра).</li> <li>5) АФК при соматических заболеваниях (сердечно-сосудистые, дыхательные, эндокринные и др.).</li> <li>6) АФК для лиц с психическими расстройствами.</li> <li>7) АФК в геронтологии: особенности работы с пожилыми людьми с ОВЗ.</li> <li>8) Гидрореабилитация как средство АФК для различных категорий лиц с ОВЗ.</li> <li>9) Иппотерапия и лечебная верховая езда в системе АФК.</li> <li>10) Эрготерапия как компонент адаптивной физической культуры.</li> </ol>

Спортивно-техническая подготовка	<p><b>I. Адаптивный спорт:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Паралимпийское движение: история, структура, виды спорта.</li> <li>2) Сурдлимпийское движение: история, структура, виды спорта.</li> <li>3) Организационно-методические основы подготовки спортсменов в адаптивном спорте.</li> <li>4) Психологическая подготовка спортсменов-инвалидов.</li> <li>5) Проблемы и перспективы развития адаптивного спорта в России (или конкретном регионе).</li> <li>6) Особенности судейства в адаптивном спорте (на примере конкретного вида).</li> <li>7) Медико-биологическое сопровождение в адаптивном спорте.</li> <li>8) Популярные виды адаптивного спорта: правила, особенности, влияние на организм (например, бочча, голбол, следж-хоккей, волейбол сидя, пара-атлетика, пара-плавание и т.д.).</li> </ol> <p><b>II. Социально-психологические и организационные аспекты АФК:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Социализация и интеграция лиц с ОВЗ средствами адаптивной физической культуры.</li> <li>2) Формирование мотивации к занятиям АФК у лиц с ОВЗ.</li> <li>3) Роль семьи в процессе адаптивного физического воспитания ребенка с ОВЗ.</li> <li>4) Волонтерство в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</li> <li>5) Профессиональная деятельность и личность специалиста по адаптивной физической культуре.</li> <li>6) Проектирование и реализация программ АФК в образовательных и реабилитационных учреждениях.</li> <li>7) Создание безбарьерной среды для занятий адаптивной физической культурой.</li> <li>8) Информационные технологии и технические средства реабилитации в АФК.</li> </ol> <p><b>III. Научно-исследовательская деятельность в АФК:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Современные научные исследования в области адаптивной физической культуры.</li> <li>2) Инновационные подходы и технологии в адаптивной физической культуре.</li> <li>3) Эффективность применения различных методик АФК (анализ исследований).</li> </ol>
----------------------------------	--

**Задания для тестирования по дисциплине для оценки сформированности компетенций (min 20, max 50 + ссылку на ЭИОС с тестами)**

№ п/п	Задание	Критерии оценивания
1	<p>Основное отличие бега от спортивной ходьбы?</p> <p>А – более длинный шаг;  Б – больше частота шагов;  В – наличие фазы полета;  Г – менее длинный шаг</p>	Выбор одного правильного ответа из предложенных
2	<p>Какие дистанции гладкого бега считаются спринтерскими?</p> <p>А – 30 м, 50 м;  Б – 60 м, 100 м, 200 м, 400 м;  В – 50 м, 110 м, 450 м;  Г – 150 м, 300 м, 600 м</p>	Выбор одного правильного ответа из предложенных
3	<p>В каком количестве выходит баскетбольная команда на игровую площадку?</p> <p>А – 4 чел;  Б – 5 чел;  В – 6 чел;</p>	Выбор одного правильного ответа из предложенных

	Г – 8 чел.	
4	Какие приемы относятся к технике баскетбола? Указать все верные. А – ведение и передача; Б – бросок; В – вырывание и выбивание; Г – нападающий удар.	Выбрать все правильные ответы из предложенных
5	Сколько игроков должно находиться на игровой площадке у каждой из команд во время волейбольной встречи? А – 5 чел; Б – 6 чел; В – 8 чел; Г – 10 чел.	Выбор одного правильного ответа из предложенных
6	Волейбольная команда набирает очко (указать все верные) : А- Когда команда соперника совершает ошибку; Б- Когда команда соперника успешно атакует; В- Когда команда соперника получает замечание; Г- При успешном приземлении мяча на площадке соперника.	Выбрать все правильные ответы из предложенных
7	Как трактуется в правилах соревнований случай, когда при подаче в волейболе мяч касается верхнего края сетки и переходит на сторону соперника? А – подающая команда проигрывает розыгрыш очка; Б – мяч остается в игре; В – розыгрыш очка повторяется; Г – подающая команда выигрывает розыгрыш очка.	Выбор одного правильного ответа из предложенных
8	Стандартный размер баскетбольной площадки	
9	На какие категории делятся действия игроков в волейболе?	
10	Какое количество побед из пяти партий в волейболе на официальных соревнованиях является условием выигрыша?	
11	Что назначает судья за нарушение правил игры в баскетболе, фол на игроке, находящемся в процессе броска?	
12	Какова длина дистанции в соревнованиях по марафонскому бегу?	
13	Укажите размеры волейбольной площадки в классическом волейболе.	
14	Какому игроку не разрешается выполнять нападающий удар по мячу, находящемуся выше верхнего края сетки в пределах зоны нападения?	
15	<b>Задача 1: Планирование тренировок для студента</b>  <b>Ситуация:</b> Студент 1 курса, который раньше не занимался спортом, хочет начать тренировки для улучшения общей физической подготовки. Он просит вас помочь составить план тренировок на первый месяц.  Перечислить основные показатели физической нагрузки, которые нужно учесть при составлении плана?	
16	<b>Задача 2: Анализ посещаемости студенческой спортивной секции</b>  <b>Ситуация:</b> В университете есть секция по волейболу, но посещаемость студентов снижается. Руководство секции просит вас проанализировать ситуацию.	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов

	Какие данные вам необходимо собрать о секции и студентах для анализа ситуации?	
17	<b>Задача 3: Оптимизация тренировочного процесса</b>  <b>Ситуация:</b> Студент жалуется на отсутствие прогресса в тренировках, хотя занимается регулярно.  Какие основные показатели в действиях студента вам нужно учесть для анализа?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
18	<b>Задача 4: Организация спортивного мероприятия</b>  <b>Ситуация:</b> Университет планирует провести «День здоровья» для студентов.  Этапы организации мероприятия?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
19	<b>Задача 5: Анализ питания студента</b>  <b>Ситуация:</b> Студент жалуется на усталость и низкую энергию во время тренировок. Как вы можете скорректировать его питание (на что обратить внимание)?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
20	<b>Задача 6: Травма во время тренировки</b>  <b>Ситуация:</b> Во время футбольной тренировки игрок почувствовал резкую боль в колене после неудачного падения.  Что нужно сделать в первую очередь?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
21	<b>Задача 7: Анализ эффективности спортивного клуба</b>  <b>Ситуация:</b> Студенческий спортивный клуб "САМЭЖ" хочет увеличить количество членов. Вам нужно проанализировать текущую ситуацию.  Какие данные вам нужно собрать для анализа ситуации?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов по каждому вопросу

### Контрольные тесты для оценки уровня общей физической подготовленности студентов

Раздел дисциплины	Направленность теста	Пол	Оценка в баллах				
			4	3	2	1	
Общая физическая подготовка	<b>Скоростно-силовая подготовленность:</b>						
	Прыжок в длину с места	муж.		240	230	220	210
		жен.		180	170	160	150
	<b>Силовая подготовленность (по выбору):</b>						
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (раз)	муж.		40	30	20	10
	В висе поднимание ног до касания перекладины (раз)	муж.		7	5	3	2
Поднимание и опускание	жен.		50	40	30	20	

туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (раз)							
Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см) (раз)	жен.		16	10	6	4	
Гибкость:							
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	муж.		+8	+6	+4	+2	
	жен.		+11	+8	+5	+3	

### Контрольные тесты для оценки уровня спортивно-технической подготовки студентов

Настольный теннис					
Удар толчком слева по диагонали (кол-во раз) (1,3)	Муж.	30	25	20	18
	Жен.	25	22	19	17
Накат слева по диагонали (кол-во раз) (1,3)	Муж.	20	18	16	14
	Жен.	18	16	14	12
Накат справа по диагонали (кол-во раз) (2,4)	Муж.	20	18	16	14
	Жен.	18	16	14	12
Накат справа по прямой (кол-во раз) (2,4)	Муж.	20	18	16	14
	Жен.	18	16	14	12
Игра на счет по правилам соревнований (4)	Муж	зачёт			
	Жен.	зачёт			

### 6.5. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

#### Фонд вопросов для проведения промежуточного контроля в форме зачета

Раздел дисциплины	Вопросы
Общая физическая подготовка	<p>Понятие о здоровье и болезни. Внешние и внутренние причины болезни (на примере "своего" заболевания).</p> <p>2. Расстройства кровообращения.</p> <p>3. Нарушение тканевого обмена веществ и тканевого роста.</p> <p>4. Воспаление. Нарушение терморегуляции.</p> <p>5. Определение и оценка физического развития и телосложения.</p> <p>6. Характеристика сердечно-сосудистой системы.</p> <p>7. Характеристика системы внешнего дыхания.</p> <p>8. Характеристика нервной и нервно-мышечной систем.</p> <p>9. Характеристика эндокринной, пищеварительной, выделительной систем и систем крови.</p> <p>10. Особенности врачебного контроля за женщинами, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>11. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>12. Особенности врачебного контроля за лицами среднего и пожилого возраста, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>13. Травмы и заболевания при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>14. Острые патологические состояния при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>15. Перетренированность и перенапряжение при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>16. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.</p> <p>17. Физическая культура и резервные возможности организма.</p> <p>18. Особенности физического воспитания студентов после заболевания</p>

	<p>сердечно-сосудистой системы.</p> <p>19. Особенности физического воспитания студентов после заболеваний органов дыхания.</p> <p>20. Особенности физического воспитания студентов после заболеваний центральной нервной системы.</p> <p>21. Особенности физического воспитания студентов при нарушениях обмена веществ.</p>
<p>Спортивно-техническая подготовка</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.</li> <li>2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.</li> <li>3. ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.</li> <li>4. ЛФК при холецистите, желчнокаменной болезни.</li> <li>5. ЛФК при опущении органов брюшной полости (спланхноптозе).</li> <li>6. ЛФК при заболеваниях обмена веществ.</li> <li>7. ЛФК при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей.</li> <li>8. ЛФК при переломах таза и нижних конечностей.</li> <li>9. ЛФК при переломах позвоночника.</li> <li>10. ЛФК при заболеваниях суставов.</li> <li>11. ЛФК после хирургических вмешательств на органах грудной клетки.</li> <li>12. ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях органов грудной полости.</li> <li>13. ЛФК при дефектах осанки.</li> <li>14. ЛФК при сколиозах.</li> <li>15. ЛФК при плоскостопии.</li> <li>16. ЛФК при заболеваниях и травмах периферических нервов.</li> <li>17. ЛФК при поражениях спинного мозга.</li> <li>18. ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга.</li> <li>19. ЛФК при неврозах.</li> <li>20. Первая медицинская доврачебная помощь при повреждениях конечностей.</li> <li>21. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.</li> <li>22. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах нервной системы.</li> <li>23. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах внутренних органов.</li> <li>24. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах носа, уха, гортани, зубов и глаз.</li> <li>25. Первая медицинская доврачебная помощь при обморочных состояниях.</li> <li>26. Первая медицинская доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударах.</li> <li>27. Первая медицинская доврачебная помощь при глипогликенических состояниях.</li> <li>28. Первая медицинская доврачебная помощь при утоплении.</li> <li>29. Первая медицинская доврачебная помощь при отморожениях и замерзании.</li> <li>30. Первая медицинская доврачебная помощь при пищевых отравлениях.</li> <li>31. Реанимационные мероприятия при остановке сердца и дыхания.</li> <li>32. Иммобилизация при переломах: основные принципы наложения шин.</li> <li>33. Методы иммобилизации отдельных частей тела.</li> <li>34. Виды, способы и правила транспортировки пострадавших.</li> </ol>

## 6.6. Шкалы и критерии оценивания по формам текущего контроля и промежуточной аттестации

### Шкала и критерии оценивания

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания для мероприятий контроля с применением 2-х балльной системы</b>
«зачтено»	УК-7, УК-9
«не зачтено»	Результаты обучения не сформированы на пороговом уровне