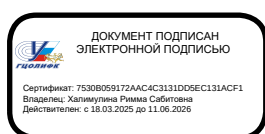


В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.07.2022 №612 «О переименовании Федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» и о внесении изменений в устав Федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» считать Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» (РГУФКСМИТ) **с 21 июля 2022 года** Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (РУС «ГЦОЛИФК»).



На основании решения Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (далее – РУС «ГЦОЛИФК») от 25.06.2024 г. (протокол №159) внести изменения в следующие разделы основных образовательных программ - бакалавриат (далее – ООП), реализуемых в РУС «ГЦОЛИФК»: общую характеристику основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы), рабочие программы дисциплин (модулей), программу государственной итоговой аттестации, оценочные материалы (фонд оценочных средств) – компетенцию **УК-5 «Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этническом и философском контекстах»** дополнить следующим индикатором достижения компетенции:

УК-5.11 Эффективно применяет рефлексивные практики для осмысления результатов и присвоения опыта реализации социально-ориентированных проектов; осознания взаимосвязей между академическими знаниями, гражданской ответственности и позитивными социальными изменениями.

На основании решения Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (далее – РУС «ГЦОЛИФК») от 25.04.2023 г. (протокол №141) внести изменения в основные образовательные программы - бакалавриат (далее - ООП), реализуемые в РУС «ГЦОЛИФК» в части:

1. Требований к результатам освоения программы: компетенцию УК-10 читать в следующей редакции *«Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности»;*
2. Результатов обучения: *Дополнить индикаторы достижения компетенции УК-10 следующими индикаторами:*

УК-10.4 Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического, коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни

УК-10.5 Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению

УК-10.6 Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения

3. Корректировки названия дисциплины «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»: дисциплину «Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ» читать в следующей редакции *«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК» с 01.09.2023 года*

На основании решения Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (далее – РУС «ГЦОЛИФК») от 29.08.2023 г. (протокол №146) внести изменения в следующие разделы основных образовательных программ - бакалавриат (далее – ООП), реализуемых в РУС «ГЦОЛИФК»: общая характеристика ООП, рабочие программы дисциплин (модулей), программа итоговой (государственной итоговой) аттестации, оценочные средства – компетенцию **УК-5 «Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этническом и философском контекстах»** дополнить следующими индикаторами достижения компетенции:

УК-5.7 Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям

УК-5.8 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп

УК-5.9 Проявляет в своем поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира

УК-5.10 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации, и туризма

Кафедра психологии, философии и социологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.01 «Философия»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Факультета адаптивной физической культуры,
рекреации и туризма
Протокол № ____ от « ____ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры психологии, философии и социологии
(наименование)
Протокол № 3 от «11» сентября 2024 г.

Составитель: Баранов Виктор Алексеевич, доктор философских наук, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Философия» является: формирование представления о способах и формах познания мира, природы и общества; формирование философского мировоззрения по различным проблемам, связанным с будущей профессиональной работой и повседневной действительностью. Дисциплина «Философия» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Философия» относится к обязательной части ООП по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилю «Адаптивное физическое воспитание».

Философия занимает важное место в профессиональной подготовке специалистов адаптивной физической культуры. В практической деятельности данных специалистов необходимы теоретические знания и практические умения по формированию философского мировоззрения, способности к размышлениям, дискуссиям по различным проблемам, возникающим в социуме и других сферах общественной жизни.

По логике изложения и содержательно-методической составляющей программа связана с такими дисциплинами как «История России», «Педагогика», «Психология».

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для таких дисциплин: «Культурология»; «Право».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для	2		2

	решения поставленных задач			
УК-1.2.	Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.	2		2
УК-1.4.	Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.	2		2
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2		2
УК-5.2.	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2		2
УК-5.4.	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2		2
УК-5.5.	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации.	2		2
УК-5.6.	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	2		2

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 **зачетную единицу**, 36 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Философия как форма духовного	2	2	4	1		

	освоения мира						
2	История философии	2	2	4	1		
3	Основы философского знания	2	2	4	1		
4	Проблема человека и личности в философии	2	2	4	1		
5	Социальная философия: философия общества	2	2	6	-		
Итого часов: 36			10	22	4		зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Философия: форма духовного освоения мира	2	2	2	32		
Итого часов: 36			2	2	32		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень контрольных вопросов к зачёту:

1. Мировоззрение и его исторические типы.
2. Особенности философского познания.
3. Проблемное поле философии. Структура философского знания.
4. Философия ранних греческих философов.
5. Зарождение философии в Египте.

6. Зарождение философии в Междуречье.
7. Учение об идеях Платона.
8. Идеальное государство по Платону.
9. Правильные и неправильные типы государственного устройства по Аристотелю.
10. Философия стоиков.
11. Философия скептиков.
12. Учение Эпикура.
13. Киническая философия.
14. Августин Блаженный, философские и религиозные взгляды.
15. Боэций, основные идеи «Утешения философией».
16. Философия и теология Фомы Аквинского.
17. Платоновская академия и философия Возрождения.
18. Утопия Т. Мора.
19. «Город Солнца» Т. Кампанеллы.
20. Гносеология Т. Гоббса.
21. Монадология Лейбница: основные идеи.
22. Теодицея Лейбница: основные идеи
23. Эмпиризм Беркли и Юма.
24. Декартово учение о «вещи мыслящей» и «вещи протяженной».
25. Метафизика сердца Паскаля.
26. Ф. Бэкон: учение об идолах. Предмет философии.
27. Этика Спинозы.
28. «Критики» Канта.
29. Философия духа Гегеля.
30. Философия Фихте.
31. Философия Шеллинга.
32. Учение о сверхчеловеке и критика морали. Ницше.
33. Философия Бергсона.
34. Русская религиозная философия.
35. Русский космизм.
36. Проблема человека в философии экзистенциализма.
37. Понятие культуры и цивилизации.
38. Наука в системе культуры.
39. Материя и дух: проблема предельных оснований.
40. Понятия «метафизика» и

«диалектика».

41. Философское понимание истины.

42. Учение о бытии. Основные категории онтологии.

43. Учение о познании. Основные категории

гносеологии. 44. Человек и смысл его существования.

45. Личность: проблемы свободы и ответственности.

46. Понятие ценности. Основные проблемы аксиологии.

47. Основные концепции общественного развития.

48. Глобальные проблемы современности.

49. Философская, религиозная и научная картины

мира. 50. Проблема веры и знания.

51. Роль философии в жизни человека и общества.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Гриненко, Г. В. История философии в 2 ч. Часть 1. От Древнего мира до эпохи Просвещения : учебник для вузов / Г. В. Гриненко. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 290 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/531986>

б) дополнительная литература:

1. Гриненко, Г. В. История философии в 2 ч. Часть 2. От XVII до XXI века : учебник для вузов / Г. В. Гриненко. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 400 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/531995>

2. Балашов, Л.Е. Философия : учебник: [систематический курс] / Л.Е. Балашов .— 8-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2023 .— 626 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/689476>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Институт философии РАН: <http://www.iphras.ru>
2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>
3. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru/>
4. Электронная гуманитарная библиотека <http://www.gumfak.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

-программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

-современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
2. Электронно-библиотечная система РУКОНТ (<https://lib.rucont.ru/>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru](http://informio.ru)

[Федеральный портал Российское образование – информационная система edu.ru](http://edu.ru)

[Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система garant.ru](http://garant.ru)

[Ассоциация коммуникационных агентств России – информационная система akarussia.ru](http://akarussia.ru)

[Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система elibrary.ru](http://elibrary.ru)

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система fgosvo.ru](http://fgosvo.ru)

[Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система profstandart.rosmintrud.ru](http://profstandart.rosmintrud.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru](http://informio.ru)

[Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных insportexpo.com](http://insportexpo.com)

[Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- Мультимедийный класс (30 посадочных мест) в составе: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и с подключением к правовой системе (настольная или интернет версия).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Философия» для обучающихся факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма, направления подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профилю «Адаптивное физическое воспитание» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: психологии, философии и социологии
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: зачёт.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Античная философия»	4 неделя	5
2	Дискуссия по теме «Философия и религия»	6 неделя	15
3	Выступление на семинаре «История философии»	7-17 неделя	10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Роль философии в жизни человека»	8 неделя	10
7	Написание реферата по теме «Сущность и значение средневековой философии»	10 неделя	15
8	Презентация по теме «Немецкая классическая философия»	11 неделя	10
9	Эссе на тему «Русская философия XIX-XX века»	12 неделя	5
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Философия французского просвещения»	5
2	Дискуссия по теме «Философия и религия»	15
3	Выступление на семинаре «Проблемы социальной философии»	10

4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Немецкая классическая философия»	10
7	Написание реферата по теме «Категорический императив канта»	15
8	Презентация по теме «Основные законы диалектики и их проявление в спортивно-оздоровительной деятельности»	10
9	Эссе на тему «Философия В. С. Соловьева»	5
10	Посещение занятий	10
	Зачёт	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
		баллов
1	Контрольная работа по разделу «История философии»	5
3	Выступление на семинаре «Проблемы социальной философии»	10
4	Подготовка доклада «Философия Т. Гоббса», пропущенному студентом	5
5	Написание реферата по теме «Человек и человечество в современном мире»	15
7	Презентация по теме «Проблемы общественного здоровья»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

Кафедра психологии, философии и социологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.01 «Философия»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетную единицу.

2.Семестр освоения дисциплины (модуля): 2 семестр.

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование представления о способах и формах познания мира, природы и общества; формирование философского мировоззрения по различным проблемам, связанным с будущей профессиональной работой и повседневной действительностью.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	2		2
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2		2

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Философия как форма духовного освоения мира	2	2	4	1		
2	История философии	2	2	4	1		
3	Основы философского знания	2	2	4	1		
4	Проблема человека и личности в философии	2	2	4	1		
5	Социальная философия: философия общества	2	2	6	-		
Итого часов: 36			10	22	4		зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Философия: форма духовного освоения мира	2	2	2	32		
Итого часов: 36			2	2	32		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК»



Социально-гуманитарный факультет
Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и
олимпийского образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.02 История России»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Профиль: Адаптивное физическое воспитание

Лечебная физическая культура

Физическая реабилитация

Форма обучения: *очная / заочная*

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного
института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол №3 от «9» сентября 2024 г.

Составители:

Мельникова Наталия Юрьевна – доктор педагогических наук, профессор,
заведующая кафедрой ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Леонтьева Надежда Сергеевна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры
ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Леонтьева Любовь Сергеевна – старший преподаватель кафедры ИЦФКСиОО РУС
«ГЦОЛИФК»

Никифорова Александра Юрьевна – старший преподаватель кафедры ИЦФКСиОО
РУС «ГЦОЛИФК»

Самойлова Екатерина Александровна – старший преподаватель кафедры
ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Коренева Мария Вадимовна – к.п.н., доцент, доцент кафедры ИЦФКСиОО РУС
«ГЦОЛИФК»

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Б1.О.02 История России» является: формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней; демонстрация на примерах из различных эпох органической взаимосвязи российской и мировой истории; анализ общего и особенного в российской истории, что позволит определить место российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 (Б1.О)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Данная дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней, а также понимания взаимосвязи российской и мировой истории. Содержательной особенностью программы дисциплины является формирование у бакалавров научного мировоззрения и исторического мышления на основе базовых знаний по истории.

Основными требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин являются:

- владение функциональными навыками, необходимыми для выполнения письменных учебных заданий в форме реферата, доклада, презентации;
- владение основными способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе связанными с работой на компьютере и в глобальной информационной сети.

Дисциплина «История России» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин гуманитарного, социального и экономического цикла, а также профессионального цикла.

Изучение дисциплины идет параллельно с освоением дисциплины «История физической культуры и спорта», является базой для изучения теории и истории физической культуры и спорта, отдельных видов спорта, научных школ физкультурно-спортивной отрасли, истории создания

управленческого аппарата и проч., что имеет особое значение в высшем учебном заведении спортивного профиля.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач		
УК-1.2	Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации	2	2
УК-1.4	Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках	2 / 7	2/9
УК-1.5	Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений	2 / 7	2/9
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах		
УК-5.2	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2 / 7	2/9
УК-5.3	Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм	2 / 7	2/9
УК-5.4	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2 / 7	2/9
УК-5.5	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации	2 / 7	2/9
УК-5.6	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	7	9

УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению		
УК-10.4	Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни	2 / 7	2/9
УК-10.5	Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению	7	9
УК-10.6	Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения	7	9

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетных единицы, 144 академических часа.**

очная форма обучения, 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История как наука. Хронологические и географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.	2	2	2	2		
2	Раздел 2. Период феодальной раздробленности, новые	2	2	2	2		

	государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва.						
3	Раздел 3. Россия в XV-XVII вв. Феодалная война, окончание раздробленности. Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.	2	2	2	4		
4	Раздел 4. Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая династия - Романовы. Правление Михаила Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.	2	2	2	2		
5	Раздел 5. Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия.	2	4	4	4		

	Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутриполитические реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).						
6	Раздел 6. Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.	2	2	2	2		
7	Раздел 7. Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина.	2	2	2	2		
8	Раздел 8. Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис. Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей.	2	2	2	2		

	Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в преддверии Второй мировой войны.						
9	Раздел 9. Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы.	2	2	2	4		
10	Раздел 10. Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности. Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост	2	2	2	4		

	внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике.						
	Итого часов: 72		22	22	28		зачет

Очная форма обучения, 4 курс, с использованием сетевой формы обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История России и всеобщая история. Что такое Россия? Российское государство-цивилизация. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего Средневековья в странах Европы и Азии.	7	4	3	1		
2	Раздел 2. Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.	7	4	3	2		
3	Раздел 3. Мир к началу	7	4	3	2		

	эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия XVI в. в контексте европейской цивилизации.						
4	Раздел 4. Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.	7	4	3	2		
5	Раздел 5. «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу. Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.	7	4	3	2		
6	Раздел 6. Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и Александре I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в	7	4	3	2		

	Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.						
7	Раздел 7. Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм). Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в.	7	4	3	2		
8	Раздел 8. Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.	7	4	3	2		
9	Раздел 9. СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события.	7	4	3	2		

	Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху.						
10	Раздел 10. Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на	7	6	3	1		

Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации. Политическое устройство России. Вызовы будущего и развитие страны						
Итого часов: 72	42	30				зачет

Заочная форма обучения, 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История как наука. Хронологические и географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.	2	0,5	0	5		
2	Раздел 2. Период феодальной раздробленности, новые государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва.	2		0,5	7		
3	Раздел 3. Россия в XV-XVII вв. Феодальная война,	2			7		

	окончание раздробленности. Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.					
4	Раздел 4. Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая династия - Романовы. Правление Михаила Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.	2	0		7	
5	Раздел 5. Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия. Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутривластные реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).	2	0,5	0,5	7	
6	Раздел 6. Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и	2			7	

	революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.					
7	Раздел 7. Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина.	2			7	
8	Раздел 8. Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис. Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей. Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в преддверии Второй мировой войны.	2	0,5	0,5	7	
9	Раздел 9. Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом	2			7	

	в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы.						
10	Раздел 10. Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности. Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике.	2	0,5	0,5	7		
	Итого часов: 72	2	2	68		зачет	

Заочная форма обучения, 5 курс, с использованием сетевой формы обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История России и всеобщая история. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего Средневековья в странах Европы и Азии.	9	2	2	1		
2	Раздел 2. Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.	9	2	2	2		
3	Раздел 3. Мир к началу эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия	9	4	2	2		

	XVI в. в контексте европейской цивилизации.						
4	Раздел 4. Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.	9	4	2	2		
5	Раздел 5. «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу. Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.	9	4	2	2		
6	Раздел 6. Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и Александре I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.	9	4	2	2		
7	Раздел 7. Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм).	9	4	2	2		

	Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в.						
8	Раздел 8. Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.	9	4	2	2		
9	Раздел 9. СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события. Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание	9	4	2	2		

	ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху.						
10	Раздел 10. Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией.	9	2	2	1		
Итого часов: 72			34	20	18		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к зачету по курсу (2 семестр)

1. Кого из древнегреческих философов принято считать родоначальником истории?
2. Как назывался торговый путь из Балтийского в Черное море, который проходил по территории проживания славян?
3. Славян историки относят к ... языковой группе (семье)?
4. Какой из перечисленных народов не относится к восточным славянам?
5. Религия восточных славян в догосударственный период?
6. Какой общественный строй для восточных славян был характерен для них на раннем этапе развития?
7. Какой промежуток времени описывает автор в «Повести временных лет»?
8. Как называется произведение, в котором монах Нестор сообщает о славянах (начало XII в.)?
9. В каком городе Рюрик начал свое княжение?
10. На что была направлена политика Рюрика?
11. Кто в качестве регента наследовал престол после смерти князя Рюрика?
12. Какую известную фразу произнес Олег, завоевав Киев?
13. С каким государством Олег заключил мирный договор в 911 году?
14. Что сделал Олег, согласно легенде, в походе на Царьград (Константинополь)?
15. Кто пришел к власти после смерти князя Игоря?
16. Как назывался способ дани, который ввела княгиня Ольга в годы своего правления?
17. С каким могущественным государством воевал князь Святослав Игоревич?
18. Откуда на Русь пришло христианство?
19. Причиной принятия христианства на Руси было стремление:
20. Как назывался свод законов, созданный Ярославом Мудрым?
21. Чтобы ещё больше укрепить власть в Киеве, Ярослав Мудрый:
22. После смерти какого правителя начался процесс феодальной раздробленности на Руси?
23. Какую эпоху принято считать периодом феодальной раздробленности?
24. Кто был основателем московской княжеской династии?
25. Значение деятельности московского князя Даниила Александровича состояло в:
26. Какова была причина возвышения Москвы?
27. Какой московский князь вышел в первой половине XIV века победителем в борьбе за ярлык на княжение от великого хана?
28. Что было одной из причин победы Москвы за лидерство в русских землях?
29. В чем состояло значение правления Ивана Калиты?
30. Какой княжеский престол Иван Калита занял первым?
31. Какой татарский хан в 1382 году победил Дмитрия Донского и разорил Москву?

32. Какое прозвище получил московский князь Дмитрий Иванович после победы в Куликовской битве?
33. Кто является первым царем в истории России?
34. Опричнина Ивана Грозного была направлена против:
35. Характерной чертой Смутного времени было:
36. В каком городе произошло восстание народных масс - Соляной бунт?
37. Что из перечисленного относится к решениям Церковного собора 1666-1667 гг., положившего начало расколу Русской Церкви?
38. Первого царя из династии Романовых звали...
39. За какие заслуги Михаил Федорович был избран боярами на царствование?
40. Какой век в истории России называют «бунташным»?
41. Какого царя за мягкий нрав и доброту называли «Тишайшим»?
42. Какой слой населения не участвовал в Соляном бунте?
43. Назовите основную причину Соляного бунта?
44. Кого народ считал главным «виновником» бед и требовал выдать для расправы во время Соляного бунта?
45. Что послужило основной причиной «медного» бунта в Москве?
46. Какое восстание произошло в России в 1667-1671 годах?
47. Какое восстание произошло в Москве во время пребывания Петра I в Западной Европе (1698 г.)?
48. Как Петр I называл созданные им самим Семеновский и Преображенский полки?
49. Церковная реформа Петра I привела к:
50. О каком патриархе идёт речь: «... провёл на церковном соборе постановление переиздать церковные книги, исправив их по верным текстам, по славянским пергаментным и древним греческим книгам»:
51. Что было результатом церковных реформ патриарха Никона?
52. Делами о государственных преступлениях в годы правления Петра I ведала:
53. Какой высший государственный орган был учрежден Петром I в декабре 1711 г.?
54. Указ, принятый Петром I в 1714 г. и запрещавший дробление дворянских имений, назывался указом о:
55. При Петре I была прекращена деятельность:
56. Кто изначально был противником реформ Петра I?
57. Петром I был издан указ, по которому молодым дворянам без свидетельства об окончании школы запрещалось:
58. Каков был новый принцип прохождения службы, введенный «Табелью о рангах» Петра I:
59. К результатам петровских реформ в области образования относится:
60. Какова была одна из главных причин крупномасштабных реформ Петра I?
61. Назовите один из результатов административных реформ Петра I:
62. Петр I создавал мануфактуры в основном для:
63. В каком году Петр I сделал Россию империей?
64. В какой крупной войне участвовала Россия в период реформ Петра?
65. Основу российской армии при Петре I составляли:
66. У какого шведского города-крепости в 1700 г. состоялось одно из первых сражений Северной войны, закончившееся полным поражением русской армии?
67. Сколько лет длилась Северная война России со Швецией?
68. Как назывался мирный договор, заключенный между Россией и Швецией в 1725 г. после Северной войны?
69. В каком году Петр I основал Санкт-Петербург?

70. Указ о праве монарха назначать себе преемника из числа всех своих родственников был издан в правление:
71. Указ о престолонаследии, давал государю право:
72. Начало эпохи дворцовых переворотов связано:
73. Основной ударной силой в «дворцовых переворотах» являлись:
74. Какой термин используется в истории для обозначения силовой смены власти в государстве, которая осуществляется через заговор группой придворных лиц и опирается на помощь привилегированной военной силы – гвардии?
75. Эпоха дворцовых переворотов была завершена с воцарением:
76. Эпоха дворцовых переворотов в России длилась:
77. Кто пришёл к власти в России в 1725 году в обход главных претендентов – внука Петра I – Петра Алексеевича и цесаревен Анны и Елизаветы?
78. С именем какой русской императрицы связана деятельность её фаворита А. Д. Меншикова?
79. Каковы даты начала и конца «эпохи дворцовых переворотов» в России?
80. Что объединяет такие известные фамилии в истории России, как Меншиков, Бирон, князья Долгорукие, братья Орловы?
81. Ослабление правящей династии в период дворцовых переворотов привело:
82. Главной причиной частоты и легкости дворцовых переворотов было:
83. Сколько русских правителей сменилось на престоле в «эпоху дворцовых переворотов»?
84. Екатерина II пришла к власти, свергнув:
85. В каком году вступила на престол императрица Екатерина II?
86. Какое учебное заведение стало первым давать высшее образование женщинам?
87. Какая война завершилась в самом начале правления Екатерины II?
88. В чем заключалась реформа Сената, проведенная Екатериной II?
89. Число крепостных к концу правления Екатерины II значительно выросло, так как:
90. Правление Екатерины II получило название:
91. Екатерина II стремилась к распространению знаний, наук, переписывалась с известными европейскими философами. Это позволило назвать её правление периодом:
92. Александр I был любимцем своей бабушки. Кто была бабушкой императора?
93. К политике отца Александр I относился резко и критически. Когда император взошел на престол, какую реформу он намеревался провести?
94. Немало реформ провел император Александр I. Также реформирование коснулось и образования. Кто, согласно реформе народного образования, мог учиться в то время?
95. Александр I не всегда советовался со своими сподвижниками идеями и решениями. О каком тайном решении царя идет речь?
96. Титул – это почетное звание. Какой титул преподнес Александру I сенат?
97. Правление императора Александра I является красочной страницей в истории российского государства. Этот период наполнен яркими событиями. Что знаменует дата 1812 год в правлении императора?
98. Какой план разработал Наполеон I перед вторжением в Российскую Империю?
99. Выберите положение, относящееся к причинам Отечественной войны 1812 года:
100. Когда произошло вторжение Наполеона в пределы Российской империи?
101. Назовите самое крупное сражение Отечественной войны 1812 года.
102. Итогом Бородинского сражения (1812 года) стало:
103. Кто является автором высказывания: «С потерей Москвы не потеряна Россия»:

104. Смерть какого российского императора вызвала междоусобицу в конце 1825 года?
105. Кто был избран диктатором-руководителем восстания декабристов?
106. Определите одну из главных причин неудачи декабристов во время выступления на Сенатской площади:
107. Каково было значение движения декабристов?
108. По какой причине восстание декабристов не могло привести к победе?
109. При каком императоре состоялась отмена крепостного права?
110. Документ, составленный в ходе крестьянской реформы 1861 г. и фиксирующий отношения помещиков с временнообязанными крестьянами:
111. Почему императора Александр II называют освободителем?
112. Причины, побудившие Александра II провести реформы 1860 - 70 годов (выберите НЕВЕРНОЕ положение в списке):
113. В каком году в России было отменено крепостное право?
114. При упразднении крепостного права крестьянин был обязан:
115. Как назывались крестьяне до перехода на выкуп?
116. Что получали крестьяне в результате крестьянской реформы?
117. Изменение в крестьянской жизни после реформы 1861 года:
118. Кому принадлежат следующие слова: «Лучше отменить крепостное право «сверху», нежели ждать, пока крестьяне отменят его «снизу»:
119. Что являлось главным новшеством в суде после проведения судебной реформы 1864 года Александра II?
120. Что НЕ появилось в России в результате реформ Александра II?
121. Как погиб Александр II?
122. Какие из перечисленных событий относятся к царствованию Александра II?
123. К какому году относится начало проведения реформ Столыпиным:
124. Столыпин оказался «одиноким реформатором», так как:
125. Какую реформу Столыпина можно назвать главной среди серии его реформ:
126. Что такое «столыпинские галстуки»?
127. Русские крестьяне не хотели выходить из общины в результате реформы Столыпина:
128. Николай II перестал поддерживать Столыпина, поскольку:
129. Событие, положившее начало Первой русской революции:
130. Что было одной из причин Первой российской революции:
131. Когда началась стачка на Путиловском заводе?
132. Какой характер носила революция 1905-1907 гг.?
133. Какое масштабное событие началось 19 сентября 1905 и продолжилось вплоть до завершения революции?
134. Что вошло в историю как «третьеиюньский переворот»?
135. Какое государство не входило в Антанту?
136. Какое государство не находилось в Тройственном союзе к началу Первой мировой войны?
137. В каком году началась Первая Мировая война?
138. Сколько государств приняли участие в Первой Мировой войне?
139. До какого года формально существовала Российская империя?
140. С какой проблемой столкнулись жители городов накануне Февральской революции 1917 года?
141. Какая революция привела к свержению самодержавия в России?
142. Кто был создателем и вождем большевистской партии?

143. Отметьте четыре советские республики, которые первоначально вошли в состав СССР:
144. Название внутренней политики Советского государства, проводившейся в 1918 - 1921 гг. в условиях Гражданской войны:
145. Политику «красного террора» (1918) большевики провозгласили после:
146. В период военного коммунизма была введена принудительная:
147. Один из итогов военного коммунизма:
148. Кто не входил в лагерь белых во время Гражданской войны (1917-1922):
149. Кто применял массовый террор во время Гражданской войны (1917-1922):
150. Когда был образован СССР:
151. Каковы причины образования СССР:
152. Отметьте четыре советские республики, которые первоначально вошли в состав СССР:
153. Что из перечисленного относится к понятию «НЭП»:
154. Вторжение немецких войск в какую страну считается началом Второй мировой войны?
155. Когда Германия напала на СССР?
156. Как назывался план нападения Германии на СССР?
157. Гитлеровский план наступления на Москву назывался:
158. «Огненная дуга» (1943) - это?
159. Сколько государств участвовало во Второй мировой войне?
160. Какая из основных стран «оси» сдалась последней во Второй мировой войне?
161. Период «оттепели» в отечественной истории относят к времени руководства государством:
162. С периодом правления этого человека связано понятие «застой»:
163. Первым Президентом СССР был...
164. В каком году произошёл распад Советского Союза?
165. Когда началось существование современного независимого Российского государства?
166. Кто был первым президентом России?

Вопросы к зачету по курсу (7/9 семестр)

1. История как предмет изучения. Вспомогательные исторические дисциплины.
2. Основные теории общих исторических закономерностей. Теория общественно-экономических формаций.
3. Основные теории общих исторических закономерностей. Теория цивилизаций.
4. Первобытный мир и зарождение цивилизации. Древнейшие государства на территории Восточной Европы.
5. Восточные славяне в древности. Образование Древнерусского государства.
6. Киевская Русь в IX-XII вв. и ее взаимоотношения с соседями.
7. Русь в XII-XV веках: феодальная раздробленность на Руси и в странах Европы: сходства и различия.
8. Борьба с агрессией крестоносцев на северо-западе Руси в XIII веке. Татаро-монгольское нашествие на Русь. Иго и его последствия.
9. Этапы объединения русского государства в к. XII – н. XVII вв. Иван III и Василий III.
10. Эпоха Ивана IV Грозного. Избранная рада и опричнина.
11. Эпоха Ивана IV Грозного: внешняя политика России и изменение границ.
12. Смутное время в России: социальная катастрофа и время перемен.

13. Царствование Алексея Михайловича. Особенности процесса централизации власти и управления в XVII в. Соборное Уложение 1649 г.
14. Первые попытки модернизации России: реформы Петра I. Расширение взаимодействия России с Западом в 1й половине XVIII века.
15. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Реформы Екатерины II.
16. Реформы и внутренняя политика Александра I и Николая I.
17. Внешняя политика Российской империи в первой половине XIX века. Наполеоновские войны. Кавказская война. Крымская война.
18. Реформы Александра II во второй половине XIX в. и их итоги. Российский и западный путь модернизации.
19. Реформы П.А. Столыпина: модернизация в России начала XX века. Ее необходимость и итоги.
20. Революция 1905–1907 гг. Многопартийность и парламентаризм.
21. Первая мировая война в истории человечества. Россия в Первой мировой войне.
22. 1917 год в судьбе России и мира. Феномен большевизма.
23. Советское общество в 1920-е – 1930-е гг.
24. Мировое сообщество в 1й пол. XX века. Мир перед Второй мировой войной.
25. Вторая мировая войны: основные этапы.
26. Великая Отечественная война (22 июня 1941 г. — 9 мая 1945 г.): основные этапы.
27. Нюрнбергский процесс и послевоенное устройство мира. Мировое сообщество во 2й пол. XX века. «Холодная война» в истории человечества.
28. Советское общество в середине 50-х - первой половине 80-х гг. XX века. «Оттепель» и «эпоха застоя».
29. Разложение политической системы СССР. Распад СССР и образование Российской Федерации (политическое и административное устройство).
30. Россия на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития, взаимоотношения со странами Европы и мира.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. История России: учебник / **А.С. Орлов** [и др.] ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Ист. фак. - 4-е изд., перераб. и доп. - М.: проспект, 2012. - 528 с.: табл. - ISBN 978-5-392-02502-2. 193208. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=193208&DocQuerID=11515725&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Всемирная история: учебник / **Г.Б. Поляк**, А.Н. Маркова, И.А. Андреева и др. ; под ред. Г.Б. Поляка, А.Н. Марковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 887 с. : ил. - (Cogito ergo sum). - ISBN 978-5-238-01493-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114540>
3. Кузнецов, И.Н. История : учебник / И.Н. Кузнецов .— 6-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2022 .— 580 с. — (Учебные издания для бакалавров) <https://lib.rucont.ru/efd/689391>
4. Касьянов, В. В. История России : учебное пособие для вузов / В. В. Касьянов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 255 с. <https://urait.ru/bcode/516973>

б) Дополнительная литература:

1. Васильев Л.С. Всеобщая история : [учеб. пособие] : [в 6 т.] / Васильев Л.С. ; Нац. исслед. ун-т "Высш. шк. экономики", Ин-т востоковедения РАН. - [2-е изд., доп. и перераб.]. - М.: КДУ, [2015]. 247744, 247746, 247748, 247750, 247756, 247759. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=247744&DocQuerID=11515728&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Всемирное культурное наследие : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под ред. Н.М. Боголюбовой, В.И. Фокина. - Санкт-Петербург. : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2015. - 368 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05612-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458128>
3. Давыдова, Ю.А. История :[16+] / Ю.А. Давыдова, А.В. Матюхин, В.Г. Моржеедов. – 5-е изд., перераб. и доп/. – Москва : Синергия, 2019. – 205 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495816> (дата обращения: 18.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4257-0349-1. – Текст : электронный.
4. Девлетов, О.У. История Европы с древнейших времён до конца XV века : учебное пособие для студентов вузов / О.У. Девлетов. - 2-е изд. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 526 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3076-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256592>
5. Деопик, Д.В. История Древнего Востока / Д.В. Деопик ; Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, Исторический факультет, Кафедра всеобщей истории ; науч. ред. С.М. Воробьев. - Москва : Издательство ПСТГУ, 2014. - 304 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7429-0384-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277186>
6. Зеленская, Т.В. История стран Западной Европы и Америки в новейшее время : учебное пособие / Т.В. Зеленская. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 377 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-2563-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274113>
7. История: для бакалавров : учебник / П.С. Самыгин, С.И. Самыгин, В.Н. Шевелев, Е.В. Шевелева. - 3-е изд, перераб. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014. - 576 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 543-567. - ISBN 978-5-222-21494-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271484>
8. Новая история стран Европы и Америки. XVI–XIX века : учебник : в 3 ч. / А.М. Родригес, В.А. Мельянцев, М.В. Пономарев и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 1. - 527 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01420-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234926>
9. Моисеев, В.В. История России. С древнейших времен до наших дней: учебник для вузов :[16+] / В.В. Моисеев. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 733 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=564646> (дата обращения: 18.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0212-2.
10. Новая история стран Европы и Америки. XVI–XIX века : учебник : в 3 ч. / М.Ю. Золотухин, А.М. Родригес, С.В. Демидов и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. -

Ч. 2. - 624 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01491-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234927>

11. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / К.С. Гаджиев, Т.А. Закаурцева, А.М. Родригес и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2012. - Ч. 1. 1900-1945. - 465 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00607-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234931>

12. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / К.С. Гаджиев, Т.А. Закаурцева, А.М. Родригес, М.В. Пономарев ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 2. 1945-2000. - 335 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00866-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234932>

13. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / Л.А. Макеева, М.В. Пономарев, К.А. Белоусова, В.Л. Шаповалов ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 3. 1945-2000. - 256 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00867-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234933>

14. Павленко, В.Г. Всеобщая история: (Основы истории Средних веков): учебное пособие / В.Г. Павленко. - Кемерово : КемГУКИ, 2010. - 118 с.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=227760>

15. Пленков О.Ю. Новейшая история стран Европы и Америки: учеб. для акад. бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям и специальностям : рек. Умо высш. образования / О.Ю. Пленков ; С.-Петерб. гос. ун-т. - М.: Юрайт, 2016. - 398 с. 247806. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=247806&DocQuerID=11515729&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

16. Периодизация истории и «переходные периоды» в современной зарубежной историографии / под ред. З.Ю. Метлицкой. - Москва : РАН ИНИОН, 2010. - 148 с. - (Всеобщая история). - ISBN 978-5-248-00628-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=132314>

17. Россия в мировом сообществе цивилизаций : учеб. пособие по дисциплине "Отечеств. история" для студентов вузов неист. специальностей : доп. М-вом образования РФ / Л.И. Семенникова. - 7-е изд. - М.: Ун-т, 2005. - 751 с. 120900. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=120900&DocQuerID=11515730&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

18. Сравнительная история мировых цивилизаций: учебник / Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», ФГБОУ ВПО «Пятигорский государственный лингвистический университет», Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина, Вроцлавский университет и др. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 296 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9296-0751-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458320>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Официальный сайт кафедры ИФКСиОО <http://history.sportedu.ru>
2. Крупнейший российский научно-просветительский портал, посвященный эволюции человека <http://antropogenez.ru/>
3. Портал о всемирной истории и истории России <http://www.istorya.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)
- 2) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)
- 4) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru

<http://www.elibrary.ru> – Научная электронная библиотека;
<http://digitalhistory.ru> – Каталог историко-ориентированных информационных систем;
<http://www.museum.ru> – Информационная система, посвященная музеям России;
<https://cfc.rusarchives.ru/CFC-search/> – Федеральная государственная информационная система Архивного фонда Российской Федерации.
<https://historyrussia.org> – Российское историческое общество;
<https://histrf.ru> – Исторический портал «История.РФ»;
<https://rvio.histrf.ru> – Российское военно-историческое общество.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru

Электронная база данных с материалами по всемирной истории;

<https://docs.historyrussia.org> – Электронная библиотека исторических документов.

– Хронос (проект «Всемирная история в Интернете») <http://www.hrono.ru/>.

– Универсальная энциклопедия Кирилла и Мефодия, раздел «История России»

<https://megabook.ru/rubric>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: ПК с выходом в сеть Internet, мультимедийный проектор View sonic, экран, аудиокolonки.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.О.02История России», для обучающихся
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса,
направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с
отклонениями в
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», по
направленностям (профилям) «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура» и «Физическая реабилитация» очной и
заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

Сроки изучения дисциплины: 2 и 7 семестр для очной формы обучения, 2 и 9 семестр для заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная и заочная форма обучения, 1 курс

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа	2-я – 10я неделя семинарских занятий	9
2	Тест	2-я – 10я неделя семинарских занятий	10
3	Опрос	2-я – 10я неделя семинарских занятий	5
4	Защита презентации по выбранной теме	10-я – 11я неделя семинарских занятий	5
5	Написание реферата по выбранной теме	1-я – 10я неделя семинарских занятий	10

¹ В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

² В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

6	Посещение семинарских занятий	в течение семестра	11 (по 1 баллу за 2 академических часа)
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Письменная контрольная работа	9
2	Тест	10
3	Опрос	5
4	Подготовка презентации	5

Очная форма обучения 4 курс и заочная форма обучения 5 курс

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа	2-я – 15я неделя семинарских занятий	9
2	Тест	2-я – 10я неделя семинарских занятий	10
3	Опрос	2-я – 12я неделя семинарских занятий	5
4	Защита презентации по выбранной теме	13-я – 15я неделя семинарских занятий	5
5	Написание реферата по выбранной теме	1-я – 15я неделя семинарских занятий	10
6	Посещение семинарских занятий	в течение семестра	15 (по 1 баллу за 2 академических часа)
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

² В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Письменная контрольная работа	9
2	Тест	10
3	Опрос	5
4	Подготовка презентации	5

Заочная форма обучения, 1 курс

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тест	54 (6 баллов за тест максимум)
2	Защита презентации по выбранной теме	10
5	Написание реферата по выбранной теме	10
6	Посещение семинарских занятий	6 (по 3 балла за 2 академических часа)
	<i>Зачёт</i>	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Письменная контрольная работа	9
2	Тест	10
3	Опрос	5
4	Подготовка презентации	5

4 В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК»



Социально-гуманитарный факультет
Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и
олимпийского образования

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.О.02 История России»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленности (профили):
Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат.*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 2 и 7 семестр для очной формы обучения, 2 и 9 семестр для заочной формы обучения

3. Цель освоения дисциплины: формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней; демонстрация на примерах из различных эпох органической взаимосвязи российской и мировой истории; анализ общего и особенного в российской истории, что позволит определить место российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач		
УК-1.2	Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации	2	2
УК-1.4	Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках	2 / 7	2/9
УК-1.5	Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений	2 / 7	2/9
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах		
УК-5.2	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2 / 7	2/9
УК-5.3	Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися –	2 / 7	2/9

	представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм		
УК-5.4	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	2 / 7	2/9
УК-5.5	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации	2 / 7	2/9
УК-5.6	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	7	9
УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности		
УК-10.4	Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни	2 / 7	2/9
УК-10.5	Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению	7	9
УК-10.6	Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения	7	9

5.Краткое содержание дисциплины: Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетных единицы, 144 академических часа.**

очная форма обучения, 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История как наука. Хронологические и	2	2	2	2		

	географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.						
2	Раздел 2. Период феодальной раздробленности, новые	2	2	2	2		
	государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва.						
3	Раздел 3. Россия в XV-XVII вв. Феодальная война, окончание раздробленности. Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.	2	2	2	4		
4	Раздел 4. Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая династия - Романовы. Правление Михаила	2	2	2	2		

	Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.						
5	Раздел 5. Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия.	2	4	4	4		

	Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутриполитические реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).						
6	Раздел 6. Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.	2	2	2	2		
7	Раздел 7. Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина.	2	2	2	2		
8	Раздел 8. Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис. Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей.	2	2	2	2		

	Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в преддверии Второй мировой войны.						
9	Раздел 9. Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы.	2	2	2	4		
10	Раздел 10. Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности. Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост	2	2	2	4		

	внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике.						
	Итого часов: 72		22	22	28		зачет

Очная форма обучения, 4 курс, с использованием сетевой формы обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История России и всеобщая история. Что такое Россия? Российское государство-цивилизация. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего Средневековья в странах Европы и Азии.	7	4	3	1		
2	Раздел 2. Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.	7	4	3	2		
3	Раздел 3. Мир к началу	7	4	3	2		

	эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия XVI в. в контексте европейской цивилизации.						
4	Раздел 4. Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.	7	4	3	2		
5	Раздел 5. «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу. Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.	7	4	3	2		
6	Раздел 6. Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и Александре I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в	7	4	3	2		

	Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.						
7	Раздел 7. Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм). Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в.	7	4	3	2		
8	Раздел 8. Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.	7	4	3	2		
9	Раздел 9. СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события.	7	4	3	2		

	Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху.						
10	Раздел 10. Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на	7	6	3	1		

Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации. Политическое устройство России. Вызовы будущего и развитие страны						
Итого часов: 72	42	30				зачет

Заочная форма обучения, 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История как наука. Хронологические и географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.	2	0,5	0	5		
2	Раздел 2. Период феодальной раздробленности, новые государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва.	2		0,5	7		
3	Раздел 3. Россия в XV-XVII вв. Феодальная война,	2			7		

	окончание раздробленности. Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.					
4	Раздел 4. Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая династия - Романовы. Правление Михаила Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.	2	0		7	
5	Раздел 5. Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия. Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутривластные реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).	2	0,5	0,5	7	
6	Раздел 6. Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и	2			7	

	революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.					
7	Раздел 7. Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина.	2			7	
8	Раздел 8. Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис. Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей. Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в преддверии Второй мировой войны.	2	0,5	0,5	7	
9	Раздел 9. Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом	2			7	

	в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы.						
10	Раздел 10. Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности. Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике.	2	0,5	0,5	7		
	Итого часов: 72	2	2	68			зачет

Заочная форма обучения, 5 курс, с использованием сетевой формы обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. История России и всеобщая история. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего Средневековья в странах Европы и Азии.	9	2	2	1		
2	Раздел 2. Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.	9	2	2	2		
3	Раздел 3. Мир к началу эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия	9	4	2	2		

	XVI в. в контексте европейской цивилизации.						
4	Раздел 4. Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.	9	4	2	2		
5	Раздел 5. «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу. Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.	9	4	2	2		
6	Раздел 6. Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и Александре I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.	9	4	2	2		
7	Раздел 7. Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм).	9	4	2	2		

	Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в.						
8	Раздел 8. Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.	9	4	2	2		
9	Раздел 9. СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события. Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание	9	4	2	2		

	ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху.						
10	Раздел 10. Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией.	9	2	2	1		
Итого часов: 72			34	20	18		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

Кафедра Спортивной медицины

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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

Направленность (профиль):
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»,
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры Спортивной медицины

Протокол № 4 от «17» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Карьёнов Сергей Рудольфович - доцент кафедры Спортивной
медицины РГУФКСМиТ, кандидат педагогических наук,

1. Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности, и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП): Б1.0.03

Настоящая дисциплина относится к базовой части профессионального цикла и изучается на 1 курсе, во 2-м семестре очного и во 2-м семестре заочного обучения.

Учебная дисциплина (модуль) «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает обязательный минимум знаний для профессиональной деятельности специалистов физической культуры.

Дисциплина непосредственно связана и базируется на сумме знаний и навыков, полученных студентами в ходе изучения таких дисциплин как «Математика», «Физика», «Информатика», «Экология», «Валеология», «Анатомия», «Психология» и других.

В свою очередь, знания, умения и навыки, полученные студентами при изучении этой дисциплины, используются при изучении других дисциплин, таких как «Теория и методика физической культуры», «Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной деятельности», «Менеджмент физической культуры» и др., а также при выполнении выпускной квалификационной работы.

Основные положения дисциплины должны быть использованы во взаимосвязи с дальнейшим изучением дисциплин профессионально цикла.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное) ¹
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	2	2	
УК-8.1	Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.	2	2	
УК-8.2	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	2	2	
УК-8.3	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.	2	2	
УК-8.4	Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	2	2	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетные единицы, 36 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятел	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	2	2	2			
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	2		2			
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	2	2	2			
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	2		2			
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	2	2	2	2		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	2	2	4	2		
7	Первая доврачебная помощь	2	2	6			
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	2		2			
Итого часов: 36			10	22	4		зачёт

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	2	2		4		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	2			4		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	2		2	4		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	2			4		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	2			4		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	2			4		
7	Первая доврачебная помощь	2			4		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	2			4		
Итого часов: 36			2	2	32		зачёт

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

.Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. Основные понятия дисциплины БЖД.
2. Задачи БЖД.
3. Общие характеристики опасностей, причины.
4. Понятие идентификации опасностей.
5. Квантификация и таксономия опасностей.
6. Назначение и понятие номенклатуры опасностей.
7. Средства обеспечения безопасности.
8. Методы обеспечения безопасности.
9. Основные принципы обеспечения безопасности.
10. Методы исследования загазованности воздуха рабочей зоны. Линейно-колориметрический метод.
11. Методы исследования запыленности воздушной среды. Суть весового метода.
12. Исследование естественного производственного освещения. Суть метода Данилюка и его назначение.
13. Исследование искусственного производственного освещения.
Классификация искусственного производственного освещения.
14. Исследование методов защиты от шума. Основные акустические понятия.
15. Методы и средства обеспечения безопасной работы за персональным компьютером.

16. Оказание доврачебной помощи при химических и термических ожогах.
17. Оказание доврачебной помощи при тепловом или солнечном ударе.
18. Источники инфекции. Механизмы передачи инфекции.
19. Способы транспортировки пораженных током.
20. Действия по сигналу «Воздушная тревога» (Радиационная опасность», «Химическая тревога»).
21. Гражданская оборона.
22. Чрезвычайная ситуация.
23. Силы и средства, входящие в состав РСЧС.
24. Дезинфекция, дезинсекция и дератизация.
25. Действие шума на человека. Защита от шума.
26. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
27. Опасности, связанные с болезнями, передаваемые половым путем, и их профилактика.
28. Первая помощь при переохлаждении и обморожении.
29. Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера.
30. Профилактика болезни «укачивания».
31. Первая помощь при аллергиях и поллинозах.
32. Первая медицинская помощь при обмороке.
33. Механическая асфиксия (приём «Буратино», приём «Геймлиха»).
34. Причины социальных опасностей и их классификация
35. Классификация лесных пожаров, способы тушения. Профилактика лесных пожаров.
36. Сигналы бедствия
37. Антропогенные изменения в природе. Формы антропогенного воздействия человека на биосферу.
38. Первая помощь при поражении электрическим током.
39. Оружие массового поражения, его классификация, поражающие факторы и защита от них
40. Правила поведения во время грозы

41. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИД. Способы передачи ВИЧ-инфекции и меры ее профилактики.
42. Эвакуация населения из зон чрезвычайных ситуаций. Виды эвакуации.
43. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
44. Основные цели и задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций
45. Лесные и торфяные пожары, их последствия. Профилактика лесных и торфяных пожаров.
46. Чрезвычайные ситуации метеорологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
47. Чрезвычайные ситуации гидрологической и морской гидрологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
48. Природные пожары: причины возникновения, характер явлений, способы защиты.
49. Эпидемии и пандемии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
50. Эпизоотии и панзоотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
51. Эпифитотии и панфитотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
52. Самооборона и ее правовые основы
53. Катастрофы с выбросами радиоактивных веществ.
54. Гидродинамические аварии и их последствия.
55. Влияние технических факторов на население.
56. Безопасность трудовой деятельности.
57. ЧС социального характера и их виды.
58. Безопасность жизнедеятельности при массовых беспорядках.
59. Выживание в случае потери работы.
60. Безопасность жизнедеятельности при ЧС криминального характера.

61. Необходимая самооборона, средства для самообороны и их использование.
62. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе.
63. Правила поведения при проведении террористических актов.
64. Безопасность жизнедеятельности в случае технической аварии и ее особенности.
65. Действия населения при объявлении аварии технического характера.
66. Действия населения при объявлении эвакуации в случае технической аварии.
67. Особенности безопасности жизнедеятельности на транспорте.
68. Соблюдение безопасности на городском транспорте.
69. Безопасность жизнедеятельности на авиарейсах.
70. БЖД на железнодорожном транспорте (в поездах, в момент аварии или пожара).
71. Безопасность в ванной комнате, кухне.
72. Электро- и тепло-безопасность в домашних условиях.
73. Безопасность при употреблении продуктов питания.
74. Защита от нападения (укусов) животных.
75. Общие правила БЖД в случае опасностей криминального характера.
76. Действия при защите жилья от нападения.
77. Соблюдение безопасности на улице.
78. Соблюдение безопасности на массовых мероприятиях.
79. Психологические проблемы безопасности. Основные типы психических состояний.
80. Реакции человека на опасность: тревога, страх, испуг, паника

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Суханов, Г.Г. Безопасность жизнедеятельности в образовательных и спортивных учреждениях: учебное пособие / А.Н. Галашев, В.Г. Черноземов; Г.Г. Суханов .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова, 2018 .— 90 с. : ил.
<http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/253494.doc>
2. Полиевский, С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие : утв. Эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - Москва, 2016.
<https://lib.rucont.ru/efd/685106>
3. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Высшее образование).
<https://urait.ru/bcode/511426>

б) Дополнительная литература:

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для вузов / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 636 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/530724>
2. Хамидуллин, Р. Я. Безопасность жизнедеятельности : учебник : [12+] / Р. Я. Хамидуллин, И. В. Никитин. — Москва : Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2020. — 138 с.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602816>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций. <http://www.0-1.ru/>
2. Охрана труда и техника безопасности. <https://www.znakcomplex.ru/>
3. [Федеральный портал Российское образование – информационная система \(edu.ru\)](http://www.edu.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины:*

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*

- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).
- 4) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](http://fgosvo.ru)
3. [Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации – информационная система \(fgosreestr.ru\)](http://fgosreestr.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных \(insportexpo.com\)](http://insportexpo.com)

4. [Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных \(sportrf.gov.ru\)](http://sportrf.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине **«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»** для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профили подготовки «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация», очная и заочная формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр очной, 2 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «ЧС природного характера»	10
2	Выступление на семинаре «ЧС социального характера»	10
3	Выступление на семинаре «Первая доврачебная помощь»	10
4	Выступление на семинаре «Защита населения в ЧС»	10
5	Тестирование по теме «Факторы выживания»	10
6	Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»	10
7	Написание реферата по предложенной тематике	10
8	Посещение занятий	10
	Зачёт	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по теме «Факторы выживания»	10
2	Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»	10
3	Написание реферата по предложенной тематике	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма
Кафедра Спортивной медицины**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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

Направленность (профиль):
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»,
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»составляет 1 зачетные единицы, 36 академических часа.

2. Семестры освоения дисциплины: 2 семестр очного и 2 семестр заочного обучения.

3. Цель освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности, и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
(модулю): «Безопасность жизнедеятельности»**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) ²
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	2	2	
УК-8.1	<i>Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.</i>	2	2	
УК-8.2	<i>Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.</i>	2	2	
УК-8.3	<i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.</i>	2	2	
УК-8.4	<i>Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</i>	2	2	

5.Краткое содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетные единицы, 36 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарског	Самостоятел	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	2	2	2			
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	2		2			
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	2	2	2			
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	2		2			
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	2	2	2	2		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	2	2	4	2		
7	Первая доврачебная помощь	2	2	6			
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	2		2			
Итого часов: 36			10	22	4		зачёт

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	2	2		4		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	2			4		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	2		2	4		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	2			4		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	2			4		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	2			4		
7	Первая доврачебная помощь	2			4		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	2			4		
Итого часов: 36			2	2	32		зачёт

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра иностранных языков и лингвистики

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1.О.04 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

Направление подготовки/специальность: **«49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная, заочная**

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) **Б1.О.04 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**
Направление подготовки/специальность: **«49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим
советом Института Гуманитарного
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 4 от « 22 » сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2 от « 07 » сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 35 от « 24 » мая 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2 от « 06 » сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 1 от « 03 » сентября 2024 г.

Составитель:

Бабель Татьяна Анатольевна, старший преподаватель кафедры иностранных языков и лингвистики

1. Цель освоения дисциплины (модуля).

Целью освоения дисциплины (модуля) является:

- повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

2. Место дисциплины (модуля) Б1.О.04 Иностранный язык в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Иностранный язык» входит в базовую (обязательную) часть Блока I ФГОС ВО и является обязательной к изучению.

Курс дисциплины «Иностранный язык» проводится в первом и втором семестрах первого года обучения и базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в процессе обучения иностранному языку в средней школе.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3	4	
УК-4				
Начальный этап (знания)	Знать: общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.	1,2	1,2	

Продвинутый этап (умения)	Уметь: логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке. - использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.	1,2	1,2	
Завершающий этап (навыки)	Владеть: - одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность. - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности.	1,2	1,2	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного	Занятия лабораторно-практические	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Фонетический курс. (Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения)	1		4				

	this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)						
2	Тема 1. Спортивное образование в России. Наш Университет	1		4	1		
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	1		3			
4	Тема 2: Спорт в России	1		4			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)			3	1		
6	Тема 3. Спорт в стране изучаемого языка	1		4	1		
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	1		3			
8	Тема 4. Олимпийские игры. Паралимпийские игры	1		4	1		
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	1		3			
	Всего за 1 семестр: 36			32	4		
10	Тема 5. Спорт и личность	2		4	5		
11	Основной курс. (The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен)	2		6	5		
12	(Формы выражения будущего времени.	2		4	5		

	The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)						
13	Тема 6. Здоровый образ жизни	2		4	5		
14	Модальные глаголы и их эквиваленты.Сложное дополнение. Complex Object. Perfect Continuous Tense Forms	2		4	5		
15	Тема 7. Массовый спорт			4	5		
16	Пассивный залог- Passive Voice	2		6	1		
	Всего за 2 семестр: 72			32	31	9	Экзамен
Всего : 108				64	35	9	

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельн	Контроль	
1.	Установочная лекция. Правила чтения. Особенности построения фраз в английском языке. Тема 1.Спортивное образование в России.	1		1	10		
3.	Контрольная работа № 1	1			12		

4.	Тематические занятия: 1. Спортивное образование в России 2. Спорт в России. 3. Спорт в Великобритании 4. Олимпийские игры.	1		3	10		
	Всего за 1 семестр: 36			4	32		
5.	Контрольная работа № 2	2		1	23		
6.	Тематические занятия: 5. Здоровый образ жизни 6. Массовый спорт. 7. Спорт и личность.	2		3	36		
	Всего за 2 семестр: 72			4	59	9	Экзамен 2 семестр
Всего: 108				8	91	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Содержание экзамена:

1) Изложение одной из тем, изученных в течение 2-х семестров:

1. Спортивное образование в России. Наш университет.
2. Спорт в России
3. Спорт в Великобритании.
4. Олимпийские игры.
5. Здоровый образ жизни
6. Массовый спорт.
7. Спорт и личность.

2) Ответы на вопросы преподавателя и беседа на одну из тем, изученных в течение учебного года.

3). Перевод текста со словарем, объем текста не менее 1200 печатных знаков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

1) Основная литература:

1. Капсаргина, С.А. Иностранный язык (английский) : учеб. пособие / Ю.А. Оленцова; Краснояр. гос. аграр. ун-т; С.А. Капсаргина .— Электрон. изд. — Красноярск : КрасГАУ, 2019 .— 153 с. <https://lib.rucont.ru/efd/814965>
2. Аитов, В. Ф. Английский язык (A1—B1+) : учебное пособие для вузов / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 234 с. <https://urait.ru/bcode/513764>

2) Дополнительная литература:

1. Физическая культура и спорт : учеб.-метод. пособие по развитию навыков уст. речи на англ. яз. для студентов 1 курса. <http://lib.sportedu.ru/DocQuery.idc>

3) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Online English Tests- тесты для самостоятельной работы
2. Онлайн словарь: Lingvo.ru
3. Инструментарий для отработки произношения: text-to-speech.imtranslator.net
4. elllo.org-EnglishListening –сайт для развития навыков аудирования
5. Google, Yandex, Google disc- поисковые системы
6. [www/TED.com](http://www.TED.com)-сайт для развития навыков говорения
7. [www/britannica.com](http://www.britannica.com)- Британская энциклопедия
8. www.study.ru- тренажер для развития навыков грамматики
9. Duolingo- обучающий сайт
10. Quizizz.com-тесты по грамматике

4) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
- *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система \(infosport.ru\)](http://infosport.ru)

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-

справочная система <https://www.garant.ru/>).

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](http://fgosvo.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных \(insportexpo.com\)](http://insportexpo.com)

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю)

Б1.О.04 «Иностранный язык» для обучающихся Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса направление подготовки «49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль подготовки "Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание ", для очной, заочной и заочно-ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры

Форма аттестации: экзамен во 2 семестре

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

1 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на практических занятиях по темам:		
	1. Спортивное образование в России. Наш университет.	2-3 неделя	5
	2. Спорт в России.	3-4 неделя	5
	3. Спорт в Великобритании	5-6 неделя	5
	4. Олимпийские игры	7-8 неделя	5
2	Контрольный лексико-грамматический тест №1	7 неделя	5
3	Домашнее чтение аутентичных текстов (1 текст 5000 печ. знаков)	В течение текущего семестра	5

2 семестр

1	Выступление на практических занятиях по темам:		
	1. Здоровый образ жизни	21-22 неделя	5
	2. Массовый спорт	23-24 неделя	5
	3. Спорт и личность	25-26 неделя	5
2	Контрольный лексико-грамматический тест №3	27 неделя	5
3	Домашнее чтение аутентичных текстов (1 текст 5000 печ. знаков)	В течение семестра	5
4	Посещение и работа на занятиях	в течение года	15
5	Экзамен		30
ИТОГО за 1 год обучения			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на практических занятиях по темам	5

	1. Спортивное образование в России 2. Спорт в России 3. Спорт в Великобритании 4. Олимпийские игры 5. Здоровый образ жизни 6. Массовый спорт 7. Спорт и личность	5 5 5 5 5 5
2	Контрольные лексико-грамматические задания (2 теста)	10
4	Домашнее чтение аутентичных текстов по темам семестра (4 текста по 5000 печатных знаков)	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

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

(код и наименование)

Направленность (профиль):

Физическая реабилитация
Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института _____
Протокол № ____ от «__» _____ 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

теоретико-методических основ физической культуры и спорта
(наименование)
Протокол № 02 от «06» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Мачканова Елена Вячеславовна, к.п.н., доцент кафедры теоретико-методических основ физической культуры и спорта
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины "Физическая культура и спорт" является:

обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;

овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;

ознакомление с основами адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;

овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;

овладение средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов;

подготовка к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (теоретическая часть).

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Физическая культура и спорт» в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части ООП (ОПОП) входит в раздел учебного плана подготовки студентов всех форм обучения, направлений подготовки и профилей подготовки. Является обязательным разделом гуманитарного компонента образования и направлена на формирование физической культуры личности студента, подготовку к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья. Дисциплина «Физическая культура и спорт» является теоретико-методической базой для освоения практических и теоретических дисциплин физкультурно-спортивной направленности:

- история физической культуры спорта;
- элективные дисциплины по физической культуре спорта.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2	2
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	2	2
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности	2	2
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	2	2

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Самостоятельная работа	
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	2	2	2	
2	История становления и развития Универсиад. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс	2	2	2	
3	Социально-биологические основы физической культуры	2		4	
4	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	2	2	2	
5	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2		4	
6	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2	2	2	
7	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	2	2	2	
8	Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой	2	2	2	
9	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений	2		4	
10	Спортивные и подвижные игры	2		4	
11	Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации	2		4	
12	Нетрадиционные (необычные) виды спорта	2		4	
13	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений	2		4	
14	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2	2	2	
15	Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями спортом	2	2	2	
16	Восстановительные процессы в	2	2	2	

	физической культуре и спорте. Основы рационального питания				
17	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях. Воспитание толерантности	2		4	
18	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности	2	2	2	
Итого часов: 72			20	52	зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс 1	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Самостоятельная работа	
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	2 сем.	2	2	
2	История становления и развития Универсиад. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс	2 сем.		4	
3	Социально-биологические основы физической культуры	2 сем.		4	
4	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	2 сем.		4	
5	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2 сем.		4	
6	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2 сем.		4	
7	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	2 сем.		4	

8	Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой	2 сем.	2	2	
9	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений	2 сем.		4	
10	Спортивные и подвижные игры	2 сем.		4	
11	Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации	2 сем.		4	
12	Нетрадиционные (необычные) виды спорта	2 сем.		4	
13	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений	2 сем.		4	
14	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2 сем.		4	
15	Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом	2 сем.		4	
16	Восстановительные процессы в физической культуре и спорте. Основы рационального питания	2 сем.		4	
17	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях. Воспитание толерантности	2 сем.		4	
18	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности	2 сем.		4	
Итого часов: 72			4	68	зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Физическая культура и спорт» (Приложения к рабочей программедисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт».

**Контрольные вопросы по теоретическому разделу дисциплины
«Физическая культура и спорт»**

1. Каково состояние современной системы физического воспитания в нашей стране?
2. Почему дисциплина «Физическая культура» является обязательной для общеобразовательных школ и вузов нашей страны?
3. Каковы основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении?
4. Какие оздоровительные средства физической культуры используются для оптимизации работоспособности, профилактики психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебной работы?
5. Как проводится профилактика и коррекция отклонений в состоянии здоровья средствами оздоровительной физической культуры в условиях вуза?
6. Когда и в каком городе проводилась Всемирная Универсиада в России? Каковы её результаты?
7. Когда и при каких обстоятельствах зародился комплекс ГТО?
8. Каковы цель, задачи, структура, основные требования нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО?
9. Что такое гиподинамия? Её причины и следствия.
10. Что такое здоровый образ жизни?
11. В чем различие понятий «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни»?
12. Какова роль физической культуры в обеспечении здоровья?
13. Что такое здоровье? Каковы его содержание и критерии?
14. Что такое лечебная физическая культура? Какие задачи она решает?
15. Какие методические принципы физического воспитания вы знаете?
16. В чем различие общей и специальной физической подготовки студентов?
17. В чем назначение мышечной релаксации?
18. Каковы структура и содержание учебного занятия оздоровительной направленности?
19. Что понимается под физической культурой личности?
20. Какие проблемы в повышении мотивации студентов?
21. Что такое спорт? В чем его отличие от других видов физической деятельности?
22. Каково влияние занятий спортом на личностные и физические качества человека?
23. Что такое рекреация? В чем её отличие от других видов физкультурно-оздоровительной деятельности?
24. Какие национальные виды спорта существуют на территории РФ?
25. Охарактеризуйте традиционные и нетрадиционные оздоровительные системы?

26. Какова роль оздоровительной гимнастики при самостоятельных занятиях?
27. Какие виды самоконтроля могут использоваться на занятиях различной направленности?
28. Что такое восстановление? Какие виды восстановления используются после физических нагрузок?
29. Каковы цели, задачи, принципы, особенности организации и проведения физкультурно-спортивных массовых мероприятий?
30. Что такое профессионально-прикладная физическая культура? Каковы ее видовые характеристики и функциональное назначение?

Объемные требования к зачету по дисциплине «Физическая культура и спорт»

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.
4. Физическая культура студента. Организация физического воспитания в вузе.
5. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
6. Формирование мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом.
7. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
8. Основы методики регуляции эмоциональных состояний человека (аутогенная тренировка, психофизическая тренировка, медитация).
9. Воздействие естественных природных, гигиенических и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
10. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
11. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
12. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
13. Рациональное питание при различных режимах двигательной активности.
14. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.
15. Двигательная активность и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
16. Формирование правильной осанки и профилактика ее нарушений средствами физической культуры.
17. Виды физических нагрузок и регуляция их интенсивности.
18. Адаптация к физическим нагрузкам и методика увеличения мышечной массы.
19. Интервальная нагрузка. Сочетание аэробной и силовой нагрузок.
20. Понятие «здоровье», его содержание и критерии и факторы, его определяющие.

21. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
22. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
23. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих. Здоровый стиль жизни.
24. Гигиеническая гимнастика как фактор здорового образа жизни.
25. Гигиенические основы закаливания.
26. Личная гигиена студента и ее составляющие.
27. Профилактика вредных привычек средствами физической культуры и спорта.
28. Физическое самовоспитание и совершенствование – условие здорового образа жизни.
29. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
30. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие.
31. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
32. Общая и специальная физическая подготовка, цели и задачи.
33. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечного расслабления.
34. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
35. Формы занятий физическими упражнениями.
36. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
37. Интенсивность нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
38. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
39. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.
40. Спорт. Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
41. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.
42. Единая спортивная классификация в различных видах спорта. Ее функциональное назначение.
43. Студенческий спорт. Его организационные особенности. Студенческие спортивные организации.
44. Современные популярные системы физических упражнений.
45. История комплекса ГТО и БГТО. Задачи и значение современного комплекса ГТО для различных слоев населения.
46. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
47. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом.
48. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом, его цели, задачи и методы исследования. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.

49. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб и тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма.
50. Определение понятия профессионально-прикладная физическая подготовка, ее цели и задачи, общие положения. Место в системе физического воспитания студентов.
51. Характер труда специалистов и его влияние на содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов различных направлений подготовки.
52. Методика подбора средств профессионально-прикладной физической подготовки студентов.
53. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
54. Понятие «производственная физическая культура», ее цели и задачи.
55. Технология составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Физическая культура спорт»

а) Основная литература:

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л.П. Матвеев . – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021 . – 521 с. – ISBN 978-5-907225-59-6 . – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>
2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский .– 5-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020 .– 201 с. : ил. – ISBN 978-5-906132-49-9 .– URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727778>
3. Солнцева, А. С. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / В. Х. Шнайдер; А. С. Солнцева .— Малаховка : МГАФК, 2018 .— 54 с. <https://lib.rucont.ru/efd/773002>

б) Дополнительная литература:

1. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 194 с. – ISBN 978-5-534-14341-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/544108>
2. Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности бакалавра : метод. пособие для самостоят. работы студентов / А.Л. Димова . – Москва : Советский спорт, 2022 . – 241 с. – (Учебники и учебные пособия). – ISBN 978-5-00129-205-0 . – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/787951>
3. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. –

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Российский студенческий спортивный союз <https://studsport.ru/>
2. Портал росстудспорт <https://rosstudsport.ru/>
3. Департамент спорта города Москвы <https://www.mos.ru/moskomsport/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Проектирование тренировочного процесса и системы спортивных соревнований юных спортсменов», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](https://urait.ru).
2. [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](https://lib.rucont.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](https://informio.ru)
2. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](https://garant.ru).
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система <https://fgosvo.ru/>
4. Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](https://informio.ru)

2. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта: Статистическая информация – профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО <https://gto.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа с обучающимися с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физическая культура и спорт» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Физическая реабилитация», «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура» очной формы обучения

I. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теоретико-методических основ физической культуры и спорта

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Эссе на тему «Мой здоровый образ жизни»	10	10
2	Эссе на тему «Спорт в моей жизни»	11	10
3	Эссе на тему «Индивидуальный выбор средств и методов для решения частных задач физического воспитания»	12	10
4	Эссе на тему «Физическая культура в моей профессиональной деятельности»	13	10
5	Эссе на тему «Примерная программа одного недельного цикла использования физических упражнений»	14	10
6	Наличие конспектов лекций	15	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	20
8	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по темам лекций, пропущенных студентом	5 за 1 тему
2	Написание конспектов лекций, пропущенных студентом	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физическая культура и спорт» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Физическая реабилитация», «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теоретико-методических основ физической культуры и спорта

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Эссе на тему «Мой здоровый образ жизни»	10
2	Эссе на тему «Спорт в моей жизни»	10
3	Эссе на тему «Индивидуальный выбор средств и методов для решения частных задач физического воспитания»	10
4	Эссе на тему «Физическая культура в моей профессиональной деятельности»	10
5	Эссе на тему «Примерная программа одного недельного цикла использования физических упражнений»	10
6	Наличие конспектов лекций	10
7	Написание реферата по темам лекций, пропущенных студентом	10
8	Посещение занятий	10
	Зачёт	20
	ИТОГО	100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



ИНСТИТУТ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Кафедра теоретико-методических основ физической культуры
и спорта**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
(МОДУЛЯ) Б1.О.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И
СПОРТ**

Направление подготовки:
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация
Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 72 часа

2. Семестры освоения дисциплины: 1 семестр – очная и 2 семестр – заочная формы обучения

3. Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:

обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;

овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;

ознакомление с основами адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;

овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;

овладение средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов;

подготовка к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (теоретическая часть).

Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения поддисциплине:

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

5.Краткое содержание

дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Самостоятельная работа	
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	2	2	2	
2	История становления и развития Универсиад. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс	2	2	2	
3	Социально-биологические основы физической культуры	2		4	
4	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	2	2	2	
5	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2		4	
6	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2	2	2	
7	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	2	2	2	
8	Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой	2	2	2	
9	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным	2		4	

	видом спорта или системой физических упражнений				
10	Спортивные и подвижные игры	2		4	
11	Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации	2		4	
12	Нетрадиционные (необычные) виды спорта	2		4	
13	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений	2		4	
14	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2	2	2	
15	Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями спортом	2	2	2	
16	Восстановительные процессы в физической культуре и спорте. Основы рационального питания	2	2	2	
17	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях. Воспитание толерантности	2		4	
18	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности	2	2	2	
Итого часов: 72			20	52	зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Курс 1	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Самостоятельная работа	
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	2 сем.	2	2	
2	История становления и развития Универсиад. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс	2 сем.		4	
3	Социально-биологические основы физической культуры	2 сем.		4	
4	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	2 сем.		4	
5	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2 сем.		4	
6	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2 сем.		4	
7	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	2 сем.		4	

8	Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой	2 сем.	2	2	
9	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений	2 сем.		4	
10	Спортивные и подвижные игры	2 сем.		4	
11	Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации	2 сем.		4	
12	Нетрадиционные (необычные) виды спорта	2 сем.		4	
13	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений	2 сем.		4	
14	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2 сем.		4	
15	Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом	2 сем.		4	
16	Восстановительные процессы в физической культуре и спорте. Основы рационального питания	2 сем.		4	
17	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях. Воспитание толерантности	2 сем.		4	
18	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности	2 сем.		4	
Итого часов: 72			4	68	зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных
проблем**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.06 Культурология»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного Института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 29 от «05» июня 2019 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 19 от «05» мая 2020 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 4 от «05» октября 2021 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 26 от «08» июня 2022 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 29 от «09» июня 2023 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
(наименование)
Протокол № 1 от «03» сентября 2024 г.

Составитель:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем
РГУФКСМиТ

Рецензент: **Календарова Виктория Владимировна** – кандидат
исторических наук, доцент кафедры ИФКСиОО, РГУФКСМиТ
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке. Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина относится к разряду модуля базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла –Дисциплина «Б1.0.06 Культурология» читается на очной и заочной форме обучения. На очной форме обучения реализуется на первом курсе в первом семестре, на заочной форме обучения данная дисциплина реализуется – на первом курсе во втором семестре.

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «История физической культуры». В дальнейшем понятие культура и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» будут дополнены и конкретизированы в следующих курсах: «Риторика и культура делового

общении», «История физической культуры и спорта», «Социальная защита инвалидов», «Педагогика».

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)¹
1	2	3	4	5
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	1	2	
УК-2.1.	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.	1	2	
УК 2.2.	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	1	2	

¹ Заполняется при наличии ускоренного обучения.

УК-2.3.	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	1	2	
УК-5	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	1	2	
УК-5.1.	Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации.	1	2	
УК-5.2.	Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.	1	2	
УК-5.3.	Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм.	1	2	
УК-5.4.	Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.	1	2	
УК-5.5.	Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации.	1	2	
УК-5.6.	Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности.	1	2	

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры	1	2	4	10		

	Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры						
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	1	2	4	10		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	1	2	4	10		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	1	2	6	16		
Итого за семестр - 72 ч		1	8	18	46		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры	2	0,5	0,5	11		

	Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры						
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	2	0,5	0,5	22		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	2	0,5	0,5	11		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	2	0,5	0,5	24		
Итого за семестр – 72 ч			2	2	68		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) - Зачет

Перечень вопросов к зачету

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания. Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры
5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.
9. Культурологическая концепция П.Сорокина.
- 10.Соотношение культуры и цивилизации (по работе О.Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А.Шопенгауэра
12. З.Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К.Юнга.
14. Х.Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
- 15.Гуманистические концепции культуры А.Швейцера и Н.К.Рериха
16. Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
- 17.Культурные особенности Восток и формы их проявления
18. Культурные особенности Запада и формы их проявления
19. Культура, искусство и религия
- 20.Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
- 22.Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
23. Политическая культура и особенности её формирования в

24. Техника и информационные технологии в современной культуре
25. Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
26. Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенности первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
29. Античность как тип культуры: основные черты, представители
30. Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов
34. Византизм как центр раннесредневековой культуры. Византизм и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба
37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)
38. Особенности культуры Нового времени
39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенности культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Багновская, Н.М. Культурология : учебник / Н.М. Багновская .— 4-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2023 .— 419 с. <https://lib.rucont.ru/efd/689399>
2. Культурология : учебник для вузов / С. Н. Иконникова [и др.]. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 495 с. <https://urait.ru/bcode/530949>
3. Соловьев, В. М. Культурология: учебник для вузов : / В. М. Соловьев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. — 673 с
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561243>

б) Дополнительная литература:

1. Лукаш, А. В. Практикум для студентов по дисциплине «Культурология» : учебное пособие: А. В. Лукаш. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. — 185 с.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=447438>
2. Культурология: словарь терминов, понятий, имен. — Москва: Директ-Медиа, 2014. — 769 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=226143>
3. Никитич, Л. А. Культурология: теория, философия, история культуры: учебник / Л. А. Никитич. — Москва: Юнити-Дана, 2017. — 560 с. —URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684860>
4. Садохин, А. П. История мировой культуры : учебное пособие / А. П. Садохин, Т. Г. Грушевицкая.—Москва: Юнити-Дана,2017.—976 с.
URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684783>
5. Багновская, Н. М. Культурология : учебник : [16+] / Н. М. Багновская. — 3-е изд. — Москва : Дашков и К°, 2021. — 420 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684373>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
1. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. — <https://kulturologia.ru/>
 2. Журнал «Знание. Понимание. Умение» —<http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/> ,
 3. «Искусство» журнал — <https://iskusstvo-info.ru/issues/>

4. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>

5. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>

6. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*

2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).

2) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru>

Режим доступа: свободный

Федеральный ресурсный методический центр развития образования в сфере культуры и искусства

<https://www.iroski.ru/>

Режим доступа: свободный

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система

<https://www.garant.ru/>).

Министерство культуры Российской Федерации.
Культура РФ. Образование. <https://www.culture.ru/lectures>
Режим доступа: свободный

«Культурологии» в образовательном процессе
[Культурология – Stepik](#)
Режим доступа: регистрация

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система
<https://www.informio.ru/>
Режим доступа: свободный

Министерство культуры Российской Федерации.
Нормативные документы. <https://culture.gov.ru/documents/>
Режим доступа: свободный

Министерство культуры Российской Федерации.
<https://www.culture.ru>
Режим доступа: свободный
Информкультура: научно – информационный центр по культуре и искусству <http://infoculture.rsl.ru/RSKD/main.htm>
Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.0.06 Культурология» для обучающихся института «Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса», 1 курса направления подготовки/ специальности 49.03.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) – «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения и «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр – очная форма обучения, 2

семестр – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1-ый семестр			
1	Подготовка докладов по теме: 1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов. 2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры. 3. А.Тойнби о локальных цивилизациях. 4. П.Сорокин о типологии и динамике культур. 5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры. 6. Ю.Лотман: семиотические типы культур. Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада	1-4	10
2	Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)	5-7	10
3	Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»	8-9	5
	Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от		

4.	Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»	11-12	15
5.	Выступление на семинарах по теме «Российская этнокультура», «Нация и культура»	13-14	5
6.	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»	15	5
7.	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,	16	10
8.	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу	17	10
9	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Итого по семестру		80 баллов
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Подготовка презентации	10
1	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
2	Письменная контрольная работа	10
3	Тест	10
4	Устный опрос	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт
Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.06 КУЛЬТУРОЛОГИЯ»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестры освоения дисциплины (модуля): 1 семестр – очная форма обучения, 2 семестр – заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры	1	2	4	10		

	Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры						
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	1	2	4	10		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	1	2	4	10		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	1	2	6	16		
Итого за семестр - 72 ч		1	8	18	46		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры	2	0,5	0,5	11		

	Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры						
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	2	0,5	0,5	22		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	2	0,5	0,5	11		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	2	0,5	0,5	24		
Итого за семестр – 72 ч			2	2	68		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра иностранных языков и лингвистики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.07 «Риторика и культура делового общения»

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

Направленность (профили) подготовки:
«Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура»
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института гуманитарного_
Протокол № 1 от «26» _сентября__2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № 44_от «_2_» июля _2019_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2 от «_8_» сентября 2020_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2_ от «_7_» сентября 2021_ г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № _35_ от «24» __мая__2022 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № _2_ от «06» __сентября__2023 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
иностранных языков и лингвистики
Протокол № _1_ от «03» __сентября__2024 г.

Составители:

Составитель: Волкова Марина Сергеевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры иностранных языков и лингвистики РГУФКСМиТ;

Уткина Елена Леонидовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры иностранных языков и лингвистики РГУФКСМиТ.

Рецензент: Комова Елена Викторовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры иностранных языков и лингвистики РГУФКСМиТ.

1. Целью освоения дисциплины (модуля)

«Риторика и культура делового общения» является: обучение основным знаниям в области ораторского искусства и делового общения, повышение уровня владения языком. Формирование целостного, основанного на современных научных концепциях представления о речевых, логических, психологических и невербальных основах делового общения. Выработка системы умений и навыков, необходимых для практического владения эффективной и культурной деловой речью. Овладение культурой речи и деловым общением как важнейшим средством обучения, воспитания, развития, общения и передачи информации.

Дисциплина (модуль) реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

В настоящее время к числу наиболее актуальных проблем относится повышение уровня практического владения современным русским литературным языком у учащихся спортивного вуза. Необходимость введения курса «Риторика и культура делового общения» обусловлена тем, что успешность будущей профессиональной деятельности бакалавров, обучающихся по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», во многом определяется знаниями и умениями коммуникативного характера, связанными с организацией и осуществлением педагогического, делового и межличностного общения, предполагающего эффективную речевую деятельность. Знания по культуре речи будут способствовать выработке у будущих специалистов умения правильно, точно и выразительно передавать свои мысли средствами языка как в различных ситуациях профессиональной деятельности, так и в повседневном общении. Дисциплина логически взаимосвязана с целым рядом дисциплин: «Педагогика», «Философия», «Психология», «Этика».

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Риторика и культура делового общения»

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-3	<i>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</i>	1		1
УК-3.1.	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия			
УК-3.2.	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе	1		1
УК-3.3.	Применяет основные методы и норм социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	1		1

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	С е м е с т р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Основы речевой коммуникации	1	2	4	10		
2.	Нормы современного русского литературного языка	1	2	6	14		
3.	Основы ораторского мастерства	1	2	4	12		
4.	Культура делового общения.	1	2	4	10		
Итого часов: 72ч			8	18	46		Зачет с оценкой

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единицы, 72 академических часа**

№	Раздел дисциплины (модуля)	С е м е с т р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Заня тия лекци онног о типа	Заня тия семи нарс кого типа	Само стоят ельна я работ а	К о н т р о л ь	
1.	Основы речевой коммуникации. Нормы современного русского литературного языка	1	1	2	33		
2.	Основы ораторского мастерства. Звучащая речь и ее особенности. Культура дискусивно-полемиической речи	1	1	2	33		
Итого часов: 72 ч			2	4	66		Зачет с оценкой

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Риторика и культура делового общения».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Изучение курса завершается зачетом с оценкой, который проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты. Обязательным условием допуска студента к зачету является проработка литературы по курсу, выполнение самостоятельных заданий и представление их на практических занятиях, ведение «Личного словаря трудностей», выполнение контрольной работы и выступление с монологическим высказыванием по предложенным темам.

Особое место в овладении данным курсом отводится самостоятельной работе, которая предполагает овладение нормами современного русского литературного языка, развитие навыков отбора и употребления языковых средств в процессе общения, целенаправленное наблюдение за речью окружающих людей и собственной, ведение «Личного словаря языковых трудностей», работу со словарями и справочниками.

Темы рефератов

1. Риторика как наука и учебный предмет.
2. Роль культуры делового общения в профессиональной деятельности будущего специалиста в области физической культуры и спорта.
3. Важнейшие разновидности национального языка, важнейшие признаки литературного языка.
4. Диалектический характер языковой нормы.
5. Коммуникативные качества речи.
6. Орфоэпическая норма современного русского литературного языка.
7. Грамматическая норма современного русского литературного языка.
8. Лексическая норма современного русского литературного языка.
9. Речевая деятельность и ее виды.
10. Особенности молодежного жаргона.
11. Классификация словарей.
12. Риторика как наука и учебный предмет.
13. Античные риторика.
14. Логика в ораторской речи.
15. Культура речи оратора.
16. Оратор и аудитория.
17. Речевое взаимодействие и речевая ситуация.
18. Основные единицы речевого общения.
19. Эффективность речевого взаимодействия.
20. Этикет речевого взаимодействия.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ ПО ВСЕМУ КУРСУ

1. Какова основная функция риторики?
2. Что такое речь? Как соотносятся язык и речь?
3. Какова структура речевого взаимодействия?
4. Назовите основные единицы речевого общения.
5. Охарактеризуйте текст как основную единицу речевого общения.
6. Что такое речевая ситуация и каково её влияние на речевое общение?
7. Охарактеризуйте речевое событие как интегральный компонент речевого общения.
8. От чего зависит эффективность общения.
9. Назовите основные принципы организации речевого взаимодействия и раскройте их содержание.
10. Каковы факторы, определяющие формирование речевого этикета?
11. Назовите типичные ситуации речевого этикета, соответствующие им формулы общения.
12. В каком случае употребляются формы общения на «ты», а в каком – на «Вы»?
13. Расскажите о важнейших разновидностях национального русского языка.
14. Расскажите об основных признаках литературного языка.
15. Что такое языковая норма? В чем проявляется диалектический характер нормы?
16. Назовите и охарактеризуйте функциональные стили (разновидности) современного русского литературного языка.
17. Расскажите о коммуникативных качествах речи (какими качествами должна обладать наша речь).
18. Дайте определение орфоэпической нормы. Что такое акцентологический вариант?
19. Какие варианты падежных окончаний имен существительных есть в русском языке?
20. Расскажите об особенностях употребления имен прилагательных в речи.

21. Расскажите об употреблении имен числительных в речи, о нормах сочетания собирательных числительных с именами существительными.
22. Расскажите об употреблении местоимений в речи.
23. Каковы основные нормы употребления форм глагола в речи? Перечислите наиболее типичные ошибки.
24. Какие речевые ошибки могут возникнуть в строе простого предложения?
25. Расскажите о нормах согласования сказуемого с подлежащим.
26. Расскажите о нормах согласования определения с определяемым словом.
27. Расскажите о нормах употребления причастных и деепричастных оборотов.
28. Расскажите об употреблении паронимов в речи.
29. Что называется лексической сочетаемостью слов? Приведите примеры.
30. В чем заключается избыточность речи?
31. Расскажите о пассивной лексике современного русского литературного языка.
32. Расскажите об употреблении в речи слов иноязычного происхождения.
33. Культура речи как наука и учебный предмет.
34. Роль культуры речи в профессиональной деятельности будущего специалиста в области физической культуры и спорта.
35. Расскажите о невербальных средствах общения.
36. Расскажите о (зонах) дистанциях общения.
37. Расскажите о риторике. Где, когда и почему риторика зародилась как наука? На знания каких наук опирается современная риторика?
38. Расскажите о вкладе античных ораторов в развитие риторики.
39. Назовите роды и виды ораторской речи.
40. Что мешает активно слушать и воспринимать сообщение?
41. Расскажите, почему устное выступление эффективнее письменного.
42. Расскажите, какими качествами должен обладать оратор.
43. Почему возрастает роль публичной речи в современном мире?
44. Каковы общие требования к публичному выступлению?
45. Назовите возможные позиции оратора в ходе публичного выступления.
46. Оратор и аудитория.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Риторика и культура делового общения».

а) Основная литература:

1. Культура речи и деловое общение: учебник и практикум для вузов / В. В. Химик [и др.] ; ответственные редакторы В. В. Химик, Л. Б. Волкова. — Москва : Юрайт, 2023. — 308 с. <https://urait.ru/bcode/511449>
2. Панфилова, А. П. Культура речи и деловое общение: учебник и практикум для вузов / А. П. Панфилова, А. В. Долматов. — Москва : Юрайт, 2023. — 488 с. <https://urait.ru/bcode/531485>
3. Риторика : учебное пособие : [16+] / авт.-сост. И. Н. Кузнецов. — 10-е изд., испр. — Москва : Дашков и К°, 2023. — 558 с. — <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=710097>
<https://lib.rucont.ru/efd/689429>
4. Штукарева Е.Б. Культура речи и деловое общение : учебное пособие / Е.Б. Штукарева ; Московская международная высшая школа бизнеса «МИРБИС» (Институт). — Москва : Перо, 2015. — 315 с. : ил., с табл. - ISBN 978-5-906853-06-2; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445886>
5. Фатеева, И. М. Культура речи и деловое общение : учебное пособие : [16+] / И. М. Фатеева ; Московская международная высшая школа бизнеса «МИРБИС» (Институт). — Москва : МИРБИС : Директ-Медиа, 2016. — 268 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441404>

б) Дополнительная литература:

1. Ивин, А. А. Риторика : учебник и практикум для академического бакалавриата : [16+] / А. А. Ивин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. — 419 с.— <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=474287>
2. Деловое общение : учебное пособие / авт.-сост. И. Н. Кузнецов. — 11-е изд. — Москва : Дашков и К°, 2024. — 524 с. — <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=710143>
3. Самойлова, И.В. Культура речи и деловое общение / И.Н. Мавлюдов; И.В. Самойлова .— Пенза : РИО ПГАУ, 2021 .— 127 с. <https://lib.rucont.ru/efd/774355>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.sokr.ru>
2. <http://www.grammar.ru>
3. Справочно-информационный портал о русском языке <http://www.gramota.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

-современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
Режим доступа: свободный
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия [http://www.garant.ru/](http://www.garant.ru)
Режим доступа: свободный
3. Ассоциация коммуникационных агентств России – информационная система (akarussia.ru)
Режим доступа: свободный
4. Электронный научный журнал «Коммуникология» (<http://online.communicology.us/>) Режим доступа: свободный
5. Мегаэнциклопедия Кирилла и Мефодия «Megabook» (<https://megabook.ru/>) Режим доступа: свободный
6. Образовательная платформа «Открытое образование» <https://openedu.ru/>
Режим доступа: свободный
7. Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. [Электронная библиотека словарей русского языка Словари.ру -http://www.slovari.ru](http://www.slovari.ru)
Режим доступа: свободный
3. Интернет-сообщество «Всё о внутренних коммуникациях»
<https://inside-pr.ru/archives/category/zhurnal/kommunikatsii2>
Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Риторика и культура делового общения».

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского (практического) типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической

доской.

3. Для материально-технического обеспечения дисциплины **«Риторика и культура делового общения»** в библиотеке РГУФКСМиТ имеется литература по русскому языку, культуре речи и риторике. Кроме того, на кафедре иностранных языков и лингвистики имеются 6 диктофонов, различные **словари (орфоэпический, акцентологический, толковый, фразеологический, синонимов, антонимов, фразеологический, иностранных слов и др.)**.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Риторика и культура делового общения» для обучающихся ИТРИФ 1 курса, направления подготовки 49.03.02 специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилям) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной и заочной форм обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа: «Культура делового общения»	3	10
2	Выступление на семинаре «Невербальные средства общения»	2	5
3	Выступление на семинаре «Ораторское искусство»	4	5
4	Выступление на семинаре «Речевые коммуникации»	5	5
5	Тест №1 «Ораторское искусство»	6	10
6	Тест №2 « Нормы современного русского языка».	7	10
8	Презентация по одной из предложенных тем	8	10
9	Итоговая контрольная работа	9	15
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<i>Дифференцированный зачет с оценкой</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Нормы современного русского литературного языка»	15
3	Выступление на семинаре «Орфоэпическая норма»	5
4	Подготовка доклада на тему «Морфологическая норма», пропущенной студентом.	5
5	Дополнительное тестирование по пропущенной теме «Синтаксическая норма».	5

6	Написание реферата по теме «Ораторское искусство»	10
7	Презентация по теме «Речевые коммуникации»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра иностранных языков и лингвистики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.07 «Риторика и культура делового общения»

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

Направленность (профили):
Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Риторика и культура делового общения» составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля):

1 семестр – очная и заочная формы обучения

3. Цель освоения дисциплины (модуля): Сформировать коммуникативную компетенцию; повысить уровень владения языком, выработать систему умений и навыков, необходимых для практического владения эффективной и культурной речью, помочь студентам в овладении культурой речи как важнейшим средством обучения, воспитания, развития, средством общения и передачи информации, важнейшим инструментом будущей профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	С е м е с т р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Основы речевой коммуникации	1	2	4	10		
2.	Нормы современного русского литературного языка	1	2	6	14		
3.	Основы ораторского мастерства	1	2	4	12		
4.	Культура делового общения.	1	2	4	10		
Итого часов: 72ч			8	18	46		Зачет с оценкой

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единицы, 72 академических часа**

№	Раздел дисциплины (модуля)	С е м е с т р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занят ия лекци онног о типа	Заня тия семи нарс кого типа	Само стоят ельна я работ а	К о н т р о л ь	
1.	Основы речевой коммуникации. Нормы современного русского литературного языка	1	1	2	33		
2.	Основы ораторского мастерства. Звучащая речь и ее особенности. Культура дискусивно- полемиической речи	1	1	2	33		
Итого часов: 72 ч			2	4	66		Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Социально-гуманитарный факультет

Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.08 ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Физическая реабилитация»
«Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Истории физической культуры, спорта и олимпийского образования
Протокол № 19 от 26 апреля 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол №3 от «9» сентября 2024 г.

Составители:

Мельникова Наталия Юрьевна – доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Леонтьева Надежда Сергеевна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Леонтьева Любовь Сергеевна – старший преподаватель кафедры ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

Никифорова Александра Юрьевна – старший преподаватель кафедры ИЦФКСиОО РУС «ГЦОЛИФК»

1. Цели освоения дисциплины

Цель предмета ИФКиС - изучение форм, средств и методов, идей и теорий в области физической культуры и спорта, вооружить студентов историческими занятиями, которые они смогут использовать в практике своей будущей специальности. Воспитание историей - важный метод углубления умственной, нравственной и эстетической подготовки будущего педагога, тренера и организатора в области физической культуры и спорта.

История физической культуры и спорта относится к числу гуманитарных теоретико-педагогических дисциплин, изучаемых в вузах физической культуры РФ, в том числе и в ГЦОЛИФК. Она составляет важный раздел спортивной науки.

История изучает формы, средства и методы, идеи и теории в области физической культуры и спорта. Она рассматривает физическую культуру и спорт как органичную часть всей человеческой культуры, воспитания, образования и оздоровления людей, подготовки их к трудовой и военной деятельности. История прослеживает эволюцию физической культуры и спорта с древнейших времен до наших дней в различных исторических условиях.

История ФКиС имеет большое образовательное и воспитательное значение, способствует формированию научного мировоззрения, обогащает событиями и фактами прошлого, воспитывает гуманистическую нравственность, прививает любовь к Родине и уважение ко всем народам мира, каждый из которых вносит свой вклад в становление и развитие ФКиС. Ее изучение укрепляет патриотизм, воспитывает чувство национальной гордости.

Перед историей ФКиС стоят следующие основные задачи:

- показать с научных позиций становление, состояние и развитие ФКиС в разные периоды существования человеческого общества;
- раскрыть значение, роль и место ФКиС в жизни общества на разных этапах его развития;
- способствовать формированию научного мировоззрения, исторического самосознания и критического мышления;
- прививать любовь к благородной профессии педагога, тренера, организатора и пропагандиста физкультурного движения;
- способствовать повышению общей культуры, расширению умственного кругозора, обогащению знаний в области ФКиС.

2. Место дисциплины ИФКиС в структуре ООП бакалавриата

Курс ИФКиС, предназначенный для специальности 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)", включает в себя историю международного спортивного и олимпийского движения, а также историю развития ФКиС в России и зарубежных странах с древнейших времен до настоящего времени. Предваряет и завершает курс «Введение» и «Заключение».

Дисциплина органично связана с отдельными элементами ООП:

- базируется на изучении профессиональных дисциплин (модулей) / прохождении отдельных типов практики: Культурология, Социальные факторы адаптивной физической культуры и др.,

- является предшествующей освоению профессиональных дисциплин (модулей) / прохождении отдельных типов практики: История, Философия, Теория и методика физической культуры, Основы антидопингового обеспечения и др./ Педагогическая практика, Преддипломная практика;

- итоговая оценка уровня сформированности освоенных за период практики компетенций проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6
УК-5 Способность воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Знать: УК-5.1. Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации. УК-5.2. Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах Уметь: УК-5.3 Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм. Владеть: УК-5.6. Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности	1	1

Основными требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин являются:

- владение функциональными навыками, необходимыми для выполнения письменных учебных заданий в форме реферата, статьи, рецензии, графического моделирования (перевода информации в графическую форму);

- владение основными способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе связанными с работой на компьютере и в глобальной информационной сети.

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин гуманитарного, социального и экономического цикла, а также профессионального цикла, курсов по выбору соответствующих циклов, прохождения производственной практики и подготовки к Итоговой Государственной аттестации.

4. Структура и содержание дисциплины «История физической культуры и спорта».

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Всеобщая история ФКиС	1	2	6	16		
2	История ФКиС России	1	4	6	14		
3	История МСиОД	1	2	6	16		
Итого часов: 72			8	18	46		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Всеобщая история ФКиС	1	0,5	2	22		
2	История ФКиС России	1	1	1	22		
3	История МСиОД	1	0,5	1	22		
Итого часов: 72			2	4	66		зачет

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Курс истории физической культуры состоит из трех основных разделов:

- Всеобщая история физической культуры;
- История физической культуры и спорта в России;
- История международного спортивного и Олимпийского движения.

Темы и краткое содержание.

Введение в предмет.

1. Предмет и задачи курса ИФКиС. Понятие основных дефиниций: история, физическая культура, спорт. Составные части предмета истории ИФКиС историография и источниковедение. Использование историей физической культуры и спорта данных гражданской и военной истории, этнографии и археологии, истории педагогики и медицины, истории культуры. Значение истории физической культуры и спорта для формирования научного мировоззрения и всесторонней подготовки специалистов по физической культуре и спорту. Связь ИФКиС с другими дисциплинами учебного плана РГУФКСМиТ.

2. Методология и источники ИФКиС. Становление и развитие ИФКиС как учебной и научной дисциплины. Диалектико-материалистическая концепция в познании явлений и событий всеобщей истории физической культуры и спорта, истории физической культуры и спорта России, СССР, и Российской Федерации, истории международного спортивного и олимпийского движения. Диалектико-материалистическая методология - есть научно-теоретическая основа истории физической культуры и спорта, позволяющая использовать конкретные методы изучения и исследования предмета: историко-теоретический анализ, обобщение и систематизация исторических материалов, проведение исторической аналогии, сопоставление и сравнение, системный, структурный и статистический анализ, письменный опрос, интервьюирование, обобщение практики развития физической культуры у народа мира. Периодизация, историография, источники ИФКиС, методы ее изучения. Обзор отечественной и зарубежной историографии, истории физической культуры и спорта.

Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта.

Тема 1.1. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе.

Основные теории происхождения физической культуры: трудовая, культовая, биологическая. Роль труда, культовых и других обрядов в становлении и развитии общества и его культуры. Охота - важный Фактор возникновения и первоначального развития физической культуры. Появление новых форм трудовой деятельности (скотоводство, земледелие, рыболовство и др.) и их влияние на возникновение физических упражнений и игр. Игры натуралистические, символические и состязательные.

Физическое воспитание в родовом обществе. Его связь с военным делом, трудом, культовыми обрядами и другими сторонами общественной жизни.

Игры и физические упражнения у древних народов Австралии, Европы, Африки, Азии, Америки.

Физическое воспитание в период разложения первобытного общества в различных регионах мира.

Тема 1.2. Физическая культура и спорт в государствах древнего мира.

Исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в странах древнего Востока (Месопотамия, Египет, Ассирия, Вавилон, Персия, Индия, Китай, Япония).

Физическая культура и спорт в Древней Греции. Физические упражнения и игры на Крите и в Микенах. Отражение физических упражнений, игр и состязаний в «Илиаде» и «Одиссее».

Возникновение и развитие спартанской и афинской систем физического воспитания в классический период. Гимнастика и агонистика, их содержание и направленность. Олимпийские игры античного мира, их характеристика. Мифы и легенды о происхождении Игр. Олимпийские праздники и их значение в культурной жизни Древней Греции. Значение исторического опыта древнегреческих Олимпийских игр. Панафинейские, Немейские, Истмийские, Пифийские игры, Герей.

Вопросы физического воспитания в древнегреческой философии, медицине, литературе и искусстве (Сократ, Гиппократ, Платон, Аристотель, Фидий, Поликлит).

Физическая культура и спорт в Греции в конце классического периода и в период эллинизма. Профессиональный атлетизм. Упадок физического воспитания и запрещение Олимпийских игр.

Физическая культура в Древнем Риме. Физическое воспитание в царский и республиканский периоды Древнего Рима. Основные средства и методы физического воспитания. Физическая подготовка в римской армии. ФКиС в императорский период. Место физических упражнений в цирковых зрелищах. Состязание и игры в Римской империи. Физическая подготовка в гладиаторских школах. Восстание под руководством Спартака.

Вопросы физического воспитания в трудах римских педагогов, врачей, философов и поэтов.

Основные итоги развития ФКиС в древнем мире. Их влияние на последующее совершенствование ФКиС в обществе.

Тема 1.3. Физическая культура и спорт в средние века. Краткая характеристика средневековья. Особенности развития ФКиС в феодальном обществе Европы.

Период раннего и развитого средневековья. Физические упражнения, игры в быту, трудовой и военной подготовки народных масс. ФКиС горожан.

Стрелковые и фехтовальные братства и их роль в борьбе горожан с феодалами. Отношение церкви к физической культуре в средние века.

Военно-физическая подготовка феодальной знати. Появление рыцарской системы физического воспитания в странах Европы. Ее направленность, организация. Рыцарские турниры.

Период позднего средневековья. Упадок рыцарской системы военно-физической подготовки, возникновение дворянской системы воспитания.

Превращение фехтовальных и стрелковых братств в замкнутые аристократические спортивные объединения.

Своеобразие развития физической культуры и спорта в эпоху средневековья народов Азии, Африки, Америки, Океании.

Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения (Леонардо да Винчи, Уильям Гарвей, Андреас Везалий).

Физическое воспитание в трудах и деятельности гуманистов. Школа Витторино де Фельтре. Труд И. Меркуриалиса «Об искусстве гимнастики» и его значение для развития методики физического воспитания и лечебной гимнастики.

Мысли французских гуманистов Ф. Рабле и М. Монтеня о физическом воспитании. Физическое воспитание в педагогическом учении великого славянского педагога Яна Амоса Коменского.

Ранние социалисты-утописты: Т. Мор и Т. Кампанелла о физическом воспитании. Возвращение забытых олимпийских традиций.

Исторический опыт средневековой ФКиС и его влияние на ход их развития в последующие столетия.

Тема 1.4. Физическая культура и спорт в Новое время (XVII – нач. XX в.в.).

Общая характеристика и особенности развития физической культуры и спорта в буржуазном обществе.

Развитие педагогических и идейно-теоретических основ физического воспитания и спорта в Европе. Взгляды на физическое воспитание Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, И.-Г. Песталоцци, Р. Оуэна, Ш. Фурье, К. Маркса, Ф. Энгельса, Ф. Ницше, Г. Спенсера, Ж. Демени. Возникновение и развитие гимнастических и спортивно-игровых систем в Германии, Швеции, Франции, Чехии, Англии. Их значение для дальнейшего развития организационно-методических основ гимнастики, спорта и игр.

Спортивно-гимнастическое движение в Западной Европе и Северной Америке в конце XIX и начале XX века. Физические упражнения и игры народов Азии, Африки, Латинской Америки, Океании.

Модернизация старых систем физического воспитания в конце XIX - начале XX века. Развитие теории физического воспитания. Система гимнастики Ж. Демени. Естественный метод Ж. Эбера. Индивидуальные гимнастические системы (Мюллер, Далькроз и др.). Создание Христианского союза молодежи и католических спортивных клубов, организаций «Маккаби», «Скаутов». Их деятельность в области физического воспитания.

Предпринимательские фабрично-заводские спортивные клубы и их сущность. Возникновение и развитие рабочих спортивно-гимнастических организаций в Германии, Болгарии, Франции и других странах. Попытка создания международной спортивно-гимнастической рабочей организации (Гент, 1913 г.).

Рекреационное движение и физическое воспитание в странах Европы, Америки, Австралии. Связь его с развитием инфраструктуры крупных городов, развитием производства, ухудшением экологии и т.д. Физическое воспитание и спорт в колониальных и зависимых странах.

Развитие любительского и профессионального спорта. Создание национальных спортивных союзов и федерации по видам спорта и их

деятельность. Физическое воспитание и спорт накануне и в годы первой мировой войны.

Тема 1.5. ФКиС с начала 20-х годов до окончания II МВ.

Итоги первой мировой войны и их влияние на развитие физической культуры и спорта в обществе.

Преобразование физического воспитания и спорта в Германии, Италии, Японии, США, Англии, Франции, Болгарии, Чехословакии и других стран. Введение новых методов физического воспитания (К. Гаульгофер, М. Штрайхер, Н. Бук и др.). Усиление государственного контроля над деятельностью спортивных организаций. Повышение интересов государств к развитию гимнастики, спорта и игр.

Спортивное движение накануне второй мировой войны. Усиление милитаризации и фашизации физического воспитания и спорта. Участие спортсменов в отрядах сопротивления и их борьба против фашизма в годы второй мировой войны.

Тема 1.6. ФКиС в странах мира (вторая половина XX – начало XXI в.в.).

Новая историческая обстановка и ее влияние на развитие ФКиС в послевоенный период. Политическое и экономическое развитие стран мира и его влияние на спортивно-гимнастическое движение. ФКиС в развитых странах запада. Физическое воспитание и спорт в учебных заведениях США, ФРГ, Великобритании, Франции, Италии, Скандинавских стран, Японии.

Самодетельное спортивно-гимнастическое движение: Рабочий спорт, «Спорт для всех», Спорт и церковь. Развитие олимпийского спорта в крупнейших странах мира.

ФКиС в развивающихся странах. Распад колониальной системы и начало активного развития спорта в странах Африки, Азии, Латинской Америки. Активное участие развивающихся стран в крупнейших международных соревнованиях и международных спортивных объединениях. Успехи развивающихся стран в Олимпийском движении.

Физическая культура и спорт в бывших социалистических странах (конец 40-х - начало 90-х годов). Создание органов государственного руководства, развитие самодетельного спортивного движения, использование опыта Советского союза в подготовке кадров, формировании юношеского спорта, развитии научно-методических основ физической культуры и спорта, системы спортивных соревнований и спортивной классификации. Успехи бывших стран социализма в развитии массового спорта и спорта высших результатов.

Основные тенденции развития спорта в крупнейших странах мира в конце XX – начале XXI века.

Раздел 2. История физической культуры и спорта России.

Тема 2.1. Физическая культура и спорт нашей страны с древнейших времен до XVIII века.

Возникновение игр и физических упражнений у древнейших народов Севера и Юга нашей страны.

Физическое воспитание у скифов, славян и в Древнем русском государстве.

Роль традиционных физических упражнений и игр в самобытном воспитании подрастающего поколения. Военно-физическая подготовка княжеских дружин.

Отражение физических упражнений и игр в литературных памятниках, летописях, народном эпосе («Поучение чадам своим» Владимира Мономаха, «Слово о полку Игореве», народные былины) и в других эпических произведениях.

Развитие физической культуры как составной части общей культуры в русском централизованном государстве. Усиление дворянской системы воспитания. Физическое воспитание боярских и дворянских детей. Военно-физическая подготовка русского войска. Лыжная рать в русском войске.

Роль народных игр и физических упражнений для развития физических, моральных и волевых качеств русского и других народов России. Популярность на Руси стрельбы из лука, верховой езды, борьбы и кулачного боя, плавания и катания на лодках, ходьбы на лыжах и метания камней.

Отношение церкви и государства к народным физическим упражнениям и играм.

Первые попытки теоретического обоснования физического воспитания для физического развития и укрепления здоровья человека. Вопросы физического воспитания в книге Абу-Али Ибн-Сины (Авиценны) «Книга исцеления», «Канон врачебной науки» и в педагогическом сочинении Епифания Славинецкого «Гражданство обычаев детских».

Тема 2.2. Физическая культура и спорт Российской империи с XVIII до второй половины XIX века.

Подъем экономики, укрепление оборонной мощи, совершенствование государственного аппарата, рост науки, техники, просвещения в эпоху царствования Петра I и его преемников. Влияние петровских реформ на развитие физического воспитания привилегированных классов. Введение физического воспитания в учебные заведения. Создание основ военно-физической подготовки в русской армии и военно-морском флоте (Петр I, А.В. Суворов, Ф.Ф. Ушаков, М.И. Кутузов).

Физическое воспитание и спорт в быту народов Российской Империи. Самобытная форма физических упражнений и игр у народов России, Украины, Белоруссии, Закавказья, Средней Азии, Прибалтики, Финляндии.

Отражение физического воспитания в художественной литературе и изобразительном искусстве.

Спорт и игры в быту дворянства. Открытие в Москве, Петербурге, Одессе и других городах частных школ плавания, гимнастики, фехтования, стрельбы, верховой езды.

Создание в первой половине XIX в. закрытых частных аристократических спортивных клубов. Первые спортивные соревнования для гражданских лиц и военнослужащих.

Создание первых пособий по основам техники, тактики, методики отдельных видов спорта (Б. Фишер, Тевенот, Н.В. Соколов, И.Е. Севербрик). Проникновение в дворянскую среду спортивных игр.

Отражение вопросов физического воспитания в общественной и

педагогической мысли (В.Н.Татищев, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев). Вопросы физического воспитания в трудах академиков М.В. Ломоносова, А.П. Протасова и др. русских ученых. В.Г. Белинский и А.И. Герцен о физическом воспитании.

Тема 2.3. *Развитие физической культуры и спорта во II половине XIX в.*

Экономическое, политическое и культурное развитие Российской Империи и его значение для дальнейшего распространения физической культуры и спорта в стране.

Развитие идейно-теоретических и научных основ системы физического воспитания и спорта. Вопросы физического воспитания в трудах врачей, педагогов и других ученых. Н.Г. Чернышевский и Н.А. Добролюбов о физическом воспитании. Физическое воспитание в научных и педагогических взглядах И.М. Сеченова, И.П. Павлова, К.Д. Ушинского, Е.А. Покровского, Е.А. Дементьева. Учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность. Дальнейшее развитие научно-методической мысли в трудах В.В. Гориневского, В.Е. Игнатьева, В.С. Пирусского и других представителей русских ученых и методистов. Прогрессивный характер отечественной науки о физическом воспитании.

Физическая подготовка в учебных заведениях и в армии. Реформы народного образования 60-70-х годов и попытки улучшения физического образования в кадетских корпусах России, в гимназиях, в учительских семинариях, реальных училищах. Трудности внедрения физического воспитания в учебные заведения страны. Попытки российской интеллигенции расширить внеклассные и внешкольные формы занятий. Создание Общества содействия физическому развитию учащейся молодежи (ОСФРУМ).

Введение в русской армии в конце 50-х – начале 60-х годов обязательных форм физической подготовки. Военная реформа 1874 года и усилия Военного министерства по улучшению военно-физической подготовки солдат и офицеров русской армии. Вклад в разработку методики и теории физической подготовки русской армии генералов М.И. Драгомирова и А.Д. Бутовского.

Исторические предпосылки развития спорта в России. Создание спортивных клубов. Рост демократических сил в спортивно-гимнастическом движении. Любительский, профессиональный спорт, рекреативные формы физической культуры и спорта. Виды спорта, ставшие особенно популярны в России к концу XIX века: борьба, тяжелая атлетика, конькобежный, лыжный, гребной и парусный спорт, стрельба, фехтование, велоспорт, конный спорт, шахматы, шашки. Спорт в российской армии.

Крупнейшие спортивные клубы России. Выход спортсменов России на международную арену. Первые победы в международном спорте. Меценатство и благотворительность в спорте (В.Ф. Краевский, М.О. Кистер, Г.И. Рибопьер, Г.А. Крестовников, С.Т. Морозов и др.).

Создание первых Всероссийских Союзов по видам спорта. Связь их с международными спортивными ассоциациями.

Проникновение олимпийских идей в Россию. Вступление России в международное олимпийское движение. А.Д. Бутовский – первый представитель

России в составе МОК. Его вклад в развитие олимпизма в стране.

Тема 2.4. Физическая культура и спорт в России с начала XX века.

Общественное движение и российский спорт. Крупнейшие события в жизни России, влияние их на развитие спорта в стране. Расширение меценатства и благотворительности в спорте (Г.И. Рибопьер, С.К. Белосельский-Белозерский, Л.В. Урусов, Н. Султан Крым Гирей и др). Усиление внимания государственных и общественных организаций к физическому воспитанию и спорту в учебных заведениях России. Создание системы внешкольных спортивно-гимнастических организаций (отряды «потешных», скауты, «соколы», «маккаби»), развитие студенческого спорта.

Дальнейшее развитие теории и методики физического воспитания и спорта в трудах В.В. Гориневского, В.Е. Игнатьева, А.С. Вирениуса, А.К. Анохина, Н.А. Панина, А.Б. Котова, В. Крамаренко, А. Крассуской и др.

Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Формирование спортивных центров в России. Ведущая роль Москвы, Санкт-Петербурга, Киева и Риги в развитии отечественного спорта. Создание спортивных лиг и союзов. Выдающиеся спортсмены, их победы в международном спорте. Представительство России в Международном Олимпийском Комитете. Первые олимпийские старты российских спортсменов.

Подготовка правительственных и спортивных организаций России к участию в Играх V Олимпиады. Образование Российского олимпийского комитета. Анализ результатов выступления команды России на Играх V Олимпиады. Поиски новых путей развития спорта в России. Создание Канцелярии Главногонаблюдающего за физическим развитием народонаселения России, организация Всероссийских олимпиад и Всероссийских гигиенических выставок, формирование всероссийских союзов и лиг по видам спорта, расширение международных спортивных связей, попытка ввести нормативные основы физической культуры.

Русский спорт в годы первой мировой войны. Участие спортивных организаций в подготовке резервов для фронта, спортивное движение в тылу.

Тема 2.5. Физическая культура и спорт в России: от революционных событий 1917 года до конца 30-х годов.

Состояние спортивно-гимнастического движения в России в период от февраля до октября 1917 г. Победа партии большевиков. Установка правительства на демократизацию школы, улучшение физического воспитания молодежи, развитие массовых форм физической культуры и спорта. Подчинение деятельности физкультурных и спортивных организаций коммунистической идеологии.

Организация физкультурной работы в первые годы Советской власти в центре и на местах. Деятельность в области ФКиС органов Наркомпроса (А.В. Луначарский), Всеобуча (Н.И. Подвойский) и Наркомздрава (Н.А. Семашко). Организация подготовки физкультурных кадров. Роль комсомола – проводника политики партии большевиков в организации физкультурной работы среди молодежи. Образование СССР (1922 г.). Особенности развития ФКиС с начала и до конца 20-х годов. Поиски новых форм и методов физического воспитания.

Дискуссии о путях развития новой системы физического воспитания, место в ней спорта. Образование общества «Динамо», спортивного клуба Армии и их роль в развитии спорта. Вступление в Красный Спортивный Интернационал (КСИ). Разрушение старых организационно-методических связей, ликвидация спортивных лиг, клубов, союзов. Причины неучастия советских спортсменов в Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.

Трудности и недостатки в работе физкультурных организаций. Усиление партийного руководства физкультурным движением. Постановление ЦК РКП(б) «О задачах партии в области физической культуры» от 13 июля 1925 г. Введение секционного метода спортивной работы. Всесоюзная спартакиада 1928 года. Постановление ЦК ВКП(б) от 23 сентября 1929 г. «О физкультурном движении». Его роль в формировании дальнейших путей развития советского физкультурного движения.

Основные тенденции развития ФКиС в конце 20-х и начале 30-х годов. Внутренние и внешние причины, влиявшие на развитие физической культуры и спорта. Учреждение Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР и Всесоюзного комитета по делам ФКиС при СНК СССР. Переход на производственный принцип организации самостоятельного физкультурного движения. Создание коллективов физической культуры. Введение комплекса «Готов к труду и обороне СССР», учреждение оборонно-прикладных нормативов и значков. Противоборство двух политических систем в мире и его влияние на развитие физической культуры и спорта.

Установка правительства и партийного руководства на рост спортивного мастерства.

Установление почетного звания «Заслуженный мастер спорта» и его первые обладатели. Введение Единой всесоюзной спортивной классификации. Создание добровольных спортивных обществ (ДСО).

Становление советской школы спорта. Тенденция к развитию спорта высших достижений.

Физическая культура и спорт в союзных республиках. Всесоюзные парады и праздники как одна из форм пропаганды массовой физической культуры и спорта.

Трудности в организации физического воспитания детей, учащейся молодежи, в развитии юношеского спорта. Развитие науки о физическом воспитании и спорте. Основные направления научных исследований. Выдающиеся ученые в области научных знаний. Система спортивной тренировки. Имена выдающихся советских спортсменов. Рекордсмены мира.

Возвращение в международное спортивное движение (парашютный, стрелковый, авиаспорт). Проявление тенденций культа личности Сталина в жизни общества в конце 30-х – начале 40-х годов. Их проявление в деятельности физкультурных организаций. Необоснованные репрессии против руководителей физкультурного движения, спортсменов, педагогов, ученых. Утверждение командно-административной системы и ее влияние на государственные и общественные органы управления физкультурным движением. Состояние физкультурного движения в стране накануне Великой Отечественной войны.

Тема 2.6. Физкультурное движение в годы ВОВ

Перестройка физкультурного движения на военный лад в годы войны. Участие физкультурных организаций в работе органов всеобщего военного обучения. Место физической подготовки в программе всеобщего военного обучения. Формы и методы физической подготовки. Создание ОМСБОНа.

Боевые подвиги спортсменов. Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья и боеспособности раненых солдат и офицеров Красной Армии средствами лечебной физической культуры.

Физическое воспитание учащейся молодежи на службе обороны Родины. Организация массовой военно-спортивной работы среди учащихся школ и студентов. Создание добровольного спортивного общества «Трудовые резервы». Спортивно-массовая работа в годы Великой Отечественной войны.

Восстановление системы Всесоюзных первенств по видам спорта. Рост спортивных достижений.

Тема 2.7. Физическая культура и спорт в стране со второй половины 40-х годов до распада СССР.

Окончание второй мировой войны и переход страны к мирной жизни: трудности, связанные с восстановлением народного хозяйства и культуры. Недостатки в организации и проведении физкультурной и спортивной работы в послевоенные годы. Всесоюзные физкультурные парады и их значение в восстановлении физкультурно-спортивного движения в стране.

Содержание постановления ЦК ВКП(б) от 27 декабря 1948 г. о развитии физкультурного движения в стране и повышении мастерства советских спортсменов. Изменения в государственных (1953, 1959, 1968, 1986 гг.) и общественных (1957, 1960, 1981, 1987 гг.) формах руководства физкультурным движением. Причины этих изменений.

Руководители физкультурного движения: Н.Н. Романов (1945-1948 и 1950-1962 гг.), А.Н. Аполлонов (1948-1950 гг.), Ю.Д. Машин (1962-1968 гг.), С.П. Павлов (1968-1983 гг.), М.В. Грамов (1983-1988 гг.), Н. Русак (1989-1992 гг.), и характеристика их деятельности.

Спартакиады народов СССР, их роль и место в физкультурном движении. ФКиС в союзных республиках.

Недостатки в работе по комплексу ГТО. Причины утраты его популярности среди народа.

Физическое воспитание подрастающего поколения в послевоенные годы: достижения, трудности, недостатки, проблемы. Проблемы физической культуры и спорта в сельской местности. Подготовка физкультурных кадров в стране: потребности и обеспеченность. Состояние материальной базы физкультурного движения, наличие спортивных сооружений, оборудования, инвентаря. Их количество, качество и коэффициент полезного действия. Развитие спорта для всех (формы, методы, средства).

Дальнейшее развитие науки о физическом воспитании и спорте. Формирование научных школ по основным направлениям спортивной науки. Мысли выдающихся ученых Н.М. Амосова и других о роли и значении использования физических упражнений в целях сохранения и улучшения

здоровья человека и его творческого долголетия. Постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР «О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта» (1981 г.). Причины и механизмы, тормозившие развитие массового физкультурного движения в стране: застойные явления в экономической и социально-культурных сферах, «остаточный» принцип финансирования соцкультбыта и недостаточное внимание к этой области общественности. Углубление перекоса между массовостью и мастерством с явным ущербом для первого, ведомственные барьеры в использовании спортивных сооружений, физкультурных кадров. Административно-командные методы управления физкультурным движением.

Международные спортивные связи физкультурных организаций в послевоенные годы. Выход советского спорта на международную спортивную и олимпийскую арену. Вступление физкультурных организаций в международные спортивные объединения. Создание НОК СССР и его признание МОК.

Дебют советских спортсменов на Играх Олимпиад (1952 г.) и Олимпийских зимних играх (1956 г.). Постепенный рост авторитета отечественной школы спорта в международном и олимпийском движении. Анализ выступления советских спортсменов на Олимпийских играх от Хельсинки до Барселоны и от Кортина д'Ампеццо до Альбервилля: успехи, неудачи, трудности.

Распад СССР и образование СНГ (1991 г.), создание объединенной команды независимых государств (ОКНГ). Россия в составе СНГ. Выступление ОКНГ на Олимпийских играх в Барселоне и Альбервилле.

Тема 2.8. Физическая культура и спорт в РФ после распада СССР.

Распад СССР и проблемы развития физической культуры и спорта в России. Ликвидация всесоюзных структур управления физкультурным движением.

Суверенный статус России и преобразование структур управления физической культурой и спортом.

Формирование государственных органов управления и общественных спортивных организаций в РФ.

Создание Олимпийского комитета России (01.12.1989 г.), преобразование Госкомитета СССР по физической культуре и спорту в Комитет содействия олимпийскому движению при правительстве Российской Федерации (18.12.1991 г.), создание Координационного Совета по физической культуре и спорту при правительстве РФ (01.06.1992 г.), Комитета РФ по физической культуре и туризму (30.05.1994 г.).

Укрепление правового регулирования отношений в области физической культуры и спорта. Принятие «Основ законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте» (27.04.1993 г.).

Совершенствование системы физкультурного образования в России, подготовка спортивного резерва в ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ, УОР и др. Возрастание роли всероссийских спортивных федераций по видам спорта, физкультурно-спортивных обществ, профсоюзов и ведомственных физкультурных организаций. Развитие спортивной науки, деятельность Олимпийских академий в РФ.

Поиски новых структур руководства ФКиС. Создание Министерства по ФК, спорту и туризму (08.06.1999 г.), Государственного Комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму (март 2000 г.), Государственного Комитета РФ по ФКиС (апрель 20002 г.), Совета при президенте РФ по ФКиС (октябрь 2002 г.), Федерального агентства РФ по физической культуре, спорту и туризму при Минздраве и социальной защиты (март 2004 г.), Федерального агентства РФ по физической культуре, спорту (декабрь 2004 г.); Министерства спорта, туризма и молодежной политики (май 2008 г.); Министерства спорта (май 2012 г.); пересмотр и принятие нового Федерального закона РФ «О физической культуре спорте в Российской Федерации» (декабрь 2007). Развитие олимпийских и не олимпийских видов спорта, спорта инвалидов. Тенденция к развитию профессионального спорта в РФ.

Состояние массового спорта в стране. Спартакиады России, стран СНГ. Поиски новых форм развития «спорта для всех» и спорта высоких достижений.

Принятие Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 год (январь 2006 г.).

Международные спортивные связи РФ. Признание НОК России и российских спортивных федераций со стороны МОК и АМСФ.

Первое выступление спортсменов суверенной России на XVII Олимпийских зимних играх в Лиллехаммере (1994 г.) и на Играх XXVI Олимпиады в Атланте (1996 г.). Анализ результатов выступления сборных команд на Олимпийских зимних и Паралимпийских зимних играх в Нагано (1988 г.), в Солт-Лейк-Сити (2002 г.), в Турине (2006 г.), в Ванкувере (2010 г.), на XXII Олимпийских зимних Играх (Сочи, 2014 г.). Анализ результатов выступления сборных команд на Играх Олимпиад в Сиднее (2000 г.), Афинах (2004 г.), Пекине (2008 г.), Лондоне (2012 г.), Рио-де-Жанейро (2016 г.)

Подготовка сборных команд РФ к XXIII Олимпийским зимним играм (Пхёнчхан, 2018 г.). Участие спортсменов РФ в других крупнейших международных соревнованиях: первенствах мира, Всемирных военных играх, Всемирных играх по неолимпийским видам спорта, Игах доброй воли и др. Новые формы взаимодействия Министерства спорта, туризма и молодежной политики и Олимпийского Комитета России. Избрание Сочи столицей XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр.

Раздел 3. История международного спортивного и Олимпийского движения.

Тема 3.1. Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения.

Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения в XIX веке. Расширение экономических, политических и культурных связей между странами и их влияние на возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения (МСиОД). Активизация общественного движения в странах мира за улучшение физического воспитания молодежи. Археологические раскопки Олимпии. Развитие спорта и создание первых международных спортивных федераций. Первый международный атлетический (Олимпийский) конгресс. Повестка дня.

Образование международного Олимпийского комитета (МОК), утверждение его Хартии.

Цели и задачи МОК. Пьер де Кубертен (1863-1937 гг.) – инициатор создания МОК и основатель современного олимпийского движения, его жизнь и деятельность. «Ода спорту», ее содержание, отражение в ней гуманистических ценностей олимпизма. Вступление России в Олимпийское движение. Российские единомышленники Пьера де Кубертена. Члены МОК для России – их вклад в развитие олимпийского движения. Игры I-V Олимпиад. Их анализ. Влияние Игр Олимпиад на дальнейшее развитие международного и олимпийского движения, рост спортивных результатов. Олимпийские конгрессы.

Тема 3.2. МСиОД в первой половине XX века.

Международная обстановка и ее влияние на расширение спортивного и олимпийского движения.

Новые международные спортивные объединения. Международный студенческий спорт. Региональные Игры. Чемпионаты мира и Европы. Международное рабочее спортивное движение. Создание Люцернского и Красного рабочих спортивных интернационалов. Организация и проведение всемирных рабочих спортивных Олимпиад в Германии (1925 г.), Австрии (1931 г.), Бельгии (1937 г.), всемирных рабочих спортивных Игр в Осло и Москве (1928г.). Деятельность МОК и его президентов. Расширение географии олимпийского движения, совершенствование организации и проведения Игр. Хронология Игр Олимпиад и Олимпийских зимних игр первой половины XX века. Протесты против проведения Игр XI Олимпиады в фашистской Германии. Причины отказа СССР от участия в олимпийском движении (1924-1936 гг.). Кризисные явления в олимпийском движении.

Олимпийские конгрессы. Совершенствование методов подготовки атлетов. Повышение уровня спортивно-технических достижений спортсменов. Выдающиеся спортсмены мира первой половины XX века.

Тема 3.3. Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX века – начале XXI в.

Историческая обстановка послевоенного периода и ее влияние на международную спортивную жизнь.

Научно-технический прогресс и развитие МСиОД. Дальнейшая интернационализация и демократизация МСиОД. Создание новых международных спортивных организаций: АНОКов (1968 г.), АМСФ (1967 г.), Международного Совета физической культуры и спорта при ЮНЕСКО (1958 г.), Европейского Сопровождающего министров спорта (1989 г.), Международного Комитета армейского спорта (1991 г.), Международного арбитражного спортивного суда (1998 г.), Всемирного Антидопингового агентства (2000 г.) и др.

Основные изменения в содержании Олимпийской Хартии. Олимпийские конгрессы: X - в Варне (1973 г.), XI – в Баден-Бадене (1981 г.) и XII – в Париже (1994 г.), XIII – в Копенгагене и их значение для развития международного и олимпийского движения по демократическому пути.

Новые крупнейшие международные соревнования: Игры Доброй воли (1986 г.), Игры профессиональной принадлежности (1948 г.), экстремальные игры (1995

г.), Мировые игры по неолимпийским видам спорта (1981 г.), Всемирные Универсиады (1959 г.), Игры религиозной принадлежности (1948 г.), Региональные (1951 г.), Паралимпийские (1960 г. – Рим) и др.

Всемирные научные конгрессы и их роль в развитии спортивной науки. Совершенствование системы подготовки спортсменов, рост мировых и олимпийских достижений в спорте. Имена выдающихся олимпийских и мировых чемпионов.

Роль МСиОД в установлении и укреплении связей между народами мира.

Взаимосвязь МОК с ООН и другими международными организациями.

Современный МОК: основные задачи, социальный состав, структура, местонахождение, коммерческая деятельность. Проблемы современного международного спортивного и олимпийского движения и пути их решения.

Президенты МОК, их вклад в развитие олимпизма в мире. Организация и проведение Игр Олимпиад от Лондона (1948 г.) до Рио-де-Жанейро (2016 г.) и Олимпийских зимних Игр от Санкт-Морица (1948г.) до Пхёнчхана (2018 г.).

Главные итоги более чем 100-летнего пути развития олимпийского движения. Основные проблемы МСиОД. Реформы МОК (1998-2018 гг.).

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «История физической культуры и спорта»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «История физической культуры и спорта». (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Вопросы к зачету по курсу «История физической культуры и спорта»

Введение в предмет

1. Что изучает история физической культуры и спорта? Каков ее предмет?
2. Что составляет научно-теоретическую, методологическую основу изучения истории физической культуры и спорта?
3. Назовите основные периоды и источники истории физической культуры и спорта.
4. В чем состоит значение истории ФКиС для подготовки специалистов в этой области?
5. Каковы структура и содержание учебника истории ФКиС?

Всеобщая история физической культуры

1. Какие существовали взгляды ученых на происхождение физических

упражнений и игр?

2. Каковы особенности первоначального развития физической культуры в первобытном обществе?

3. Как происходило развитие физической культуры в странах Древнего Востока?

4. Из каких основных разделов состояла древнегреческая гимнастика?

5. Какие имелись различия в системах физического воспитания в Спарте и Афинах?

6. Где, как и когда проводились олимпийские праздники и другие древнегреческие игры? В чем их общественное значение?

7. Каковы особенности развития физической культуры в Древнем Риме?

8. Как отражались вопросы физического воспитания в трудах древних философов, врачей, скульпторов и поэтов?

9. Каковы причины упадка физической культуры в Древней Греции и Древнем Риме? В чем он проявлялся?

10. Каковы особенности развития физической культуры в средние века?

11. Как относилась средневековая церковь к физическому воспитанию в различных регионах мира?

12. Каким было содержание физической подготовки феодалов? В чем значение рыцарских турниров?

13. Какие игры получили распространение в средние века?

14. Как народные массы использовали физические упражнения и игры в борьбе за свои интересы?

15. Какова роль фехтовальных и стрелковых обществ в средневековых городах Европы?

16. Каковы особенности развития физической культуры в период средневековья в различных регионах земного шара? (Азия, Африка, Америка, Австралия, Европа).

17. Каковы взгляды гуманистов и ранних социалистов-утопистов на физическое воспитание человека?

18. Какое значение имело развитие физической культуры и спорта в средние века для последующих столетий?

19. Дайте краткую характеристику особенностей развития физической культуры и спорта с середины XVII века до начала XX века.

20. Как рассматривались вопросы физического воспитания в педагогических и философских теориях в странах Западной Европы в XVIII и XIX веков? Что в них общего и различного?

21. Каковы причины возникновения национальных гимнастических и спортивно-игровых систем? В чем различие этих систем?

22. Почему в странах континентальной Европы (Германия, Франция, Швеция) задачи физического воспитания решались преимущественно посредством гимнастики, а в Англии и США - спорта и игр?

23. Назовите виды спорта, гимнастики и игр, получивших наибольшее распространение в странах мира в конце XIX века.

24. Какие причины лежат в основе возникновения самостоятельных рабочих спортивных организаций?

25. В чем причина разделения спорта на любительский и профессиональный в

Новое время?

26. Какие исторические условия определили появление гимнастических организаций «Сокол»? В чем сущность Сокольского движения?
27. Что такое рекреационное движение в области физической культуры и спорта?
28. Что нового внес в педагогическую теорию физического воспитания Ж. Демени?
29. Какие формы и методы работы скаутских организаций, предпринимательских спортивных клубов и Союза христианской молодежи Вы знаете?
30. В чем проявилась милитаризация физического воспитания и спорта в странах мира в годы I Мировой войны? В чем сущность метода Ж. Эбера?
31. Как шло развитие любительского и профессионального спорта в XIX и в начале XX века?
32. Назовите основные исторические факторы, которые оказали большое влияние на развитие физической культуры и спорта в первой половине XX века.
33. Назовите основные направления развития физической культуры и спорта в Германии, США, Италии, Японии и в других странах накануне II Мировой войны.
34. Дайте характеристику развитию рабочего спорта в Чехословакии, Финляндии, Германии в первой половине XX века.
35. Как повлияли итоги I Мировой войны на постановку физического воспитания в школах зарубежных стран?
36. В чем сущность естественной школьной гимнастики К. Гаульгофера, М. Штрайхера и основной гимнастики Н. Бука?
37. Как использовалось спортивное движение в милитаристских целях?
38. Какие изменения произошли в развитии физической культуры и спорта в зарубежных странах во второй половине XX века?
39. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в бывших социалистических странах? В чем причины успешного выступления спортсменов этих стран на Олимпийских играх в 50-80-е годы XX века?
40. Назовите особенности развития физической культуры в странах Африки, Азии и Латинской Америки после II Мировой войны.
41. Какие основные черты характеризуют развитие физической культуры и спорта в странах мира во второй половине XX - начале XXI вв.?
42. Дайте характеристику развитию физического воспитания и спорта в учебных заведениях зарубежных стран на современном этапе?
43. Как развивается олимпийский спорт, «спорт для всех», церковный, рабочий, профессиональный спорт в зарубежных странах во второй половине XX века?
44. Каковы достижения зарубежных стран на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх во второй половине XX - начале XXI вв.?
45. «Спорт для всех». Дайте характеристику этому явлению.
46. Какие страны мира особенно преуспели в развитии спорта в последнее десятилетие? Как Вы думаете, в чем причина этого успеха?
47. Коммерциализация современного спорта.

История физической культуры и спорта России

1. Какие физические упражнения и игры древних народов Севера и Юга России входили в состав самобытной системы физического воспитания? Какова связь

этой системы с трудом, военным делом и бытом народа?

2. В чем своеобразие физического воспитания у древних славян и в Древнем русском государстве?

3. В чем основные различия развития физической культуры народных масс и господствующего класса?

4. Как рассматривались вопросы физического воспитания в медицинской (Авиценна) и педагогической (Славинецкий) литературе в период раннего феодализма?

5. Какое влияние оказали реформы, введенные в России в начале XVIII века, на развитие физической культуры и спорта?

6. С какого времени, и в каких учебных заведениях России вводится физическая подготовка как обязательный предмет?

7. Как складывалась и развивалась система физической подготовки в русской армии?

8. Каковы особенности развития в России народных форм физического воспитания в XVIII-XIX вв.? Какое отражение они нашли в литературе, поэзии, искусстве?

9. Какие причины лежат в основе развития спорта и игр в быту дворянства России XVIII-XIX вв.? Назовите виды спорта, игры и методические пособия к ним.

10. Какое отражение нашли вопросы физического воспитания в педагогической (И.И. Бецкой, Н.И. Новиков) и философско-публицистической (А.Н. Радищев, В.Г. Белинский, А.Н. Герцен) литературе?

11. Как происходило развитие идейно-теоретических (Н.Г. Чернышевский, Н.А. Добролюбов), педагогических (К.Д. Ушинский) и естественнонаучных (И.М. Сеченов, И.П. Павлов, Е.А. Покровский, Е.А. Дементьев) основ физического воспитания?

12. Раскройте учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и расскажите о его педагогической деятельности.

13. Как было организовано физическое воспитание в школах и других учебных заведениях в конце XIX и в начале XX века?

14. Какие причины лежат в основе возникновения современных видов спорта в России и создания спортивных клубов?

15. Как шло развитие теории и методики физического воспитания и спорта (В.В. Гориневский, В.Е. Игнатьев, В.П. Пируцкий, Б. Котов, Н. Панин) в начале XX века.

16. Какие виды спорта получили наибольшее развитие в России? Назовите лучших спортсменов-пионеров русского спорта.

17. Какое участие принимала Россия в создании МОК и проведении первых Олимпийских игр?

18. Как выступали спортсмены России на Олимпийских играх и в других международных соревнованиях?

19. Назовите причины проведения Всероссийских Олимпиад.

20. Каково было состояние спортивно-гимнастического движения в России накануне Февральской революции?

21. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в нашей стране после победы большевиков?
22. Как развивалось физкультурное движение в первые годы Советской власти? Какие трудности оно испытывало?
23. В чем состояла суть постановлений ЦК РКП(б) от 13 июля 1925 г. и ЦК ВКП(б) от 23 сентября 1929 г.?
24. В чем проявилось укрепление государственных и общественных основ советской системы физического воспитания в довоенные годы?
25. Какое значение имели и с какой целью вводились комплексы ГТО и другие военно-прикладные нормативы и значки в 30-е г.?
26. Как происходило и какие трудности испытывало физическое воспитание в школах и других учебных заведениях в 20-е и 30-е гг.?
27. Каковы были достижения советских спортсменов в эти годы? Когда и почему было введено почетное звание «Заслуженный мастер спорта»?
28. Какое значение для развития физкультурного движения имела Всесоюзная Спартакиада 1928 г.?
29. Назовите имена ведущих отечественных ученых и примеры развития науки о физической культуре и спорте в довоенные годы.
30. Какое влияние оказало создание административной системы и возникновение культа личности Сталина на состояние физической культуры и спорта в конце 30-х гг.?
31. Каковы особенности участия советских спортсменов в международных соревнованиях в 20-е и 30-е гг.?
32. Каковы особенности развития физкультурного движения в СССР в годы II Мировой войны?
33. Назовите и дайте характеристику основным формам работы физкультурных организаций по военно-физической подготовке населения в годы войны?
34. Приведите примеры мужества и героизма, проявленные советскими спортсменами на фронтах Войны.
35. Как происходило дальнейшее развитие и восстановление массового физкультурного движения, и повышение мастерства спортсменов в послевоенные годы?
36. Как развивалась наука о физическом воспитании и спорте в послевоенный период?
37. Какие изменения произошли в развитии физического воспитания и спорта в школах и других учебных заведениях?
38. Какие изменения произошли в международных спортивных связях СССР в послевоенный период? Чем это было обусловлено?
39. Когда и где состоялся дебют советских спортсменов на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх? Каковы его итоги? Каковы основные итоги выступления наших спортсменов на Олимпийских играх от Рима до Барселоны, от Скво-Вэлли до Альбервилля?
40. Назовите задачи, этапы и значение Спартакиад народов СССР и их роль в развитии советского физкультурного движения.
41. В чем причины упадка популярности комплекса ГТО в 70-80-е годы?

42. Как повлияли застойные явления в экономике, политике и культуре на состояние и развитие ФКиС в период «развитого социализма»?
43. Какие проблемы встали перед физкультурным движением России в связи с распадом СССР и образованием СНГ?
44. Какие органы государственного и общественного руководства в области физической культуры и спорта созданы в Российской Федерации?
45. Когда был создан Олимпийский комитет России и каковы его задачи?
46. Где, когда и с какими результатами состоялось первое самостоятельное выступление команды Российской Федерации на Олимпийских зимних играх и Играх Олимпиад?
47. Расскажите о результатах выступлений команды России на XVII Олимпийских зимних Играх (Лиллехаммер - 94 г.) и Играх XXVI Олимпиады в Атланте 1996 г.
48. Участие российских спортсменов в XVIII Олимпийских зимних играх в Нагано (1998 г.), XIX – в Солт-Лейк-Сити (2002 г.), XX – в Турине (2006 г.), XXI - в Ванкувере (2010 г.), XXII - в Сочи (2014 г.) и Играх XXVII Олимпиады в Сиднее (2000 г.), XXVIII – в Афинах (2004 г.), XXIX – в Пекине (2008 г.), XXX - в Лондоне (2012 г.), XXXI - в Рио-де-Жанейро (2016 г.).
49. Что предпринимается правительством РФ, Федеральным Агентством РФ в вопросах укрепления здоровья населения, роста авторитета российского спорта на международной арене?
50. Как готовилась Россия к XXII Олимпийским зимним Играм 2014 и Играм XXXI Олимпиады 2016 г.?
51. Анализ выступления сборных команд РФ на Играх XXXI Олимпиады 2016 г. и в XXII Олимпийских зимних Играх 2014?
52. Сочи – столица XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр.

История международного спортивного и олимпийского движения

1. Какие исторические предпосылки лежат в основе возникновения международного спортивного и олимпийского движения?
2. Назовите основные виды спорта и международные спортивные объединения конца XIX и начала XX века.
3. На каком конгрессе был создан МОК, принята Хартия и определены сроки проведения Игр первой Олимпиады.
4. Какова роль П. де Кубертена в становлении и развитии современного олимпийского движения?
5. Какие виды спорта входили в программу Игр I Олимпиады современности? Спортсмены каких стран наиболее успешно выступали на этих Играх? Назовите их имена.
6. В чем значение Игр I Олимпиады современности для дальнейшего развития олимпийского движения.
7. Где проходили Игры Олимпиад до начала I Мировой войны? Что характерно для этих Игр? Назовите имена наиболее выдающихся спортсменов (1896-1912 гг.)
8. Какое влияние оказала международная обстановка первой половины XX века на МСиОД?
9. Какие новые МСФ и новые формы проведения Игр и соревнований возникли в первой половине XX века?

10. Расскажите об Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх в период между I и II Мировыми войнами.
11. Назовите имена выдающихся спортсменов, чемпионов Игр Олимпиад, Олимпийских зимних игр первой половины XX века.
12. Как шло развитие международного рабочего спортивного движения в первой половине XX века?
13. Назовите имена президентов МОК конца XIX - первой половины XX века. Какова их роль в развитии олимпийского движения.
14. Что Вы знаете об олимпийской символике и атрибутике?
15. Какие вопросы рассматривались на Олимпийских конгрессах первой половины XX века?
16. Расскажите об истории создания и содержании «Оды спорту».
17. Какие изменения произошли в развитии международного спортивного движения после II Мировой войны? Чем они были вызваны?
18. Какие факты свидетельствуют о расширении международного спортивного движения в послевоенный период?
19. Назовите крупнейшие международные спортивные соревнования второй половины XX века. Дайте им характеристику.
20. Игры Доброй воли. Как они возникли, какие задачи решали, какова их судьба?
21. Что изменилось в программе Олимпийских игр в последнее десятилетие?
22. Что входит в содержание понятий «олимпизм», «олимпийское движение», «Олимпийские игры»?
23. Расскажите о соотношении спортивных сил на Играх Олимпиад в конце 40-х – начале 90-х гг. С чем связаны изменения соотношений этих сил?
24. Какие кризисные явления наметились в международном Олимпийском движении в начале 70-х годов? С чем они были связаны?
25. Что Вы знаете о бойкоте в международном олимпийском движении?
26. Назовите президентов МОК второй половины XX века. Каков их вклад в развитие международного олимпийского движения?
27. В чем состоят основные итоги X, XI, XII Олимпийских конгрессов?
28. Олимпийские зимние игры 50-х - 80-х годов. Расскажите, как страны мира выступали в них.
29. Что изменилось в Олимпийском движении в начале 90-х годов? Какие события вызвали эти изменения?
30. Расскажите об итогах Игр в Альбервилле - 92 г. и Барселоне - 92 г.
31. Чем вошли в историю международного олимпийского движения XVII Олимпийские зимние игры в Лиллехаммере в 1998 г.? Как выступали в них страны мира?
32. Расскажите об Играх XXVII Олимпиады в Сиднее (Австралия) - 2000 г.
33. Как прошли Олимпийских зимние игры от Солт-Лейк-Сити (США) в 2002 г. до Ванкувера в 2010 г. Какова динамика расстановки сил по итогам Игр?
34. Дайте анализ Игр Олимпиад от Афин (Греция, 2004 г.) до Рио-де-Жанейро (Бразилия, 2016 г.)
35. Что Вы знаете о современных региональных играх? Какую роль они играют в развитии международного спортивного и олимпийского движения?

36. АНОК - дайте характеристику этой организации. 37. АМСФ. Что Вы знаете о ее деятельности?
38. Современный МОК. Дайте характеристику его состава, содержанию деятельности.
39. Олимпийская Хартия. Что Вы знаете о ней?
40. Шестой президент МОК М. Килланин. Какой вклад он внес в развитие международного олимпийского движения?
41. Х.А. Самаранч - седьмой президент МОК. Каковы заслуги его в развитии международного олимпийского движения?
42. Проблемы современного международного спортивного и олимпийского движения. Расскажите, что предпринимается для их решения.
43. Каковы итоги более чем 100-летнего развития Олимпийского движения?
44. Явления коррупции в МОК и международном спорте. Что предпринимается в борьбе с ними?
45. Дайте анализ Игр XXX Олимпиады в Лондоне (2012 г.) и XXI Олимпийских зимних игр в Ванкувере (2010 г.). Какова расстановка сил по итогам Игр?
46. Ж. Рогге – восьмой президент МОК.
47. Расскажите о Паралимпийских и других международных Играх людей с ограниченными возможностями.
48. Томас Бах - девятый президент МОК.
49. Что Вы знаете о получении г. Сочи права проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр?
50. Итоги Игр XXXI Олимпиады в Рио-де-Жанейро (2016 г.) и XXII Олимпийских зимних игр в Сочи (2014 г.).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

а) Основная литература:

1) Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник / А.В. Трескин; Н.Ю. Мельникова .— 2-е изд., с изм. и доп. — Москва : Спорт : Человек, 2017 . — 432 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/641192>

2) История физической культуры и спорта : учебник / А.В. Трескин; Н.Ю. Мельникова .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/279287>

3) Томилин, К. Г. История физической культуры : учебное пособие : [16+] / К. Г. Томилин ; Сочинский государственный университет, Кафедра физической культуры и спорта. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2019. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618380>

б) Дополнительная литература:

- 1) Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. — Минск : РИПО, 2022. — 204 с. : ил. [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=697643
- 2) Пельменев, В. К. История физической культуры : учебное пособие для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. [Электронный ресурс]. - URL: <https://urait.ru/book/istoriya-fizicheskoy-kultury-516433>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1) Библиотека «Куб» электронный образовательный ресурс Режим доступа: свободный – <https://www.koob.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

– современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](https://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](https://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](https://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](https://informio.ru)

[Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система \(infosport.ru\)](https://infosport.ru)

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система <https://www.garant.ru/>).

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](https://mediasphera.ru)

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](https://fgosvo.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](https://informio.ru)

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)
Режим доступа: свободный

Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

Режим доступа: свободный

Олимпийский комитет России – профессиональная база данных (olympic.ru)
Режим доступ: свободный

- Международный олимпийский комитет– профессиональная база данных (<https://olympics.com/>)

Режим доступ: свободный

Центральная Олимпийская Академия - профессиональная база данных (<https://coa.gtsolifk.ru/>)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «История физической культуры и спорта».

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «История физической культуры и спорта» для обучающихся **Факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма 1 курса, направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"** **профили «Физическая реабилитация» «Адаптивная двигательная рекреация» «Адаптивное физическое воспитание» «Лечебная физическая культура» очной и заочной форм обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра Истории физической культуры, спорта и олимпийского образования

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр для очной и заочной форм обучения.

Форма промежуточной аттестации *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1.	Самостоятельная работа	6,9	10 (5 баллов за одну работу)
2.	Контрольная работа по теме «Всеобщая История ФКиС»	8	9
3.	Работа на практических занятиях	7-10	9 (макс. 3 балла за занятие)
4.	Подготовка и защита презентации	4-13	8
5.	Тест	12	3
6.	Ответы на лекционные вопросы	5-13	8
7.	Реферат	5-15	10
8.	Таблицы (10 штук)	5-15	10
9.	Посещение занятий (13 занятий)	1-16	13
10.	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Подготовка и защита презентации	25
2.	Реферат	25
3.	Таблицы (3 штуки)	24
4.	Посещение занятий (3 занятия)	6
5.	Зачет	20

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Доклад, презентация	6
2.	Реферат	10
3.	Таблицы	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом, экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Социально-гуманитарный факультет

Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.08 ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Физическая реабилитация»
«Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

2. Семестр освоения дисциплины: 1 семестр для очной формы обучения и заочной форм обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): изучение форм, средств и методов, идей и теорий в области физической культуры и спорта, вооружить студентов историческими занятиями, которые они смогут использовать в практике своей будущей специальности. Воспитание историей - важный метод углубления умственной, нравственной и эстетической подготовки будущего педагога, тренера и организатора в области физической культуры и спорта.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):
УК-5

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Всеобщая история ФКиС	1	2	6	16		
2	История ФКиС России	1	4	6	14		
3	История МСиОД	1	2	6	16		
Итого часов: 72			8	18	46		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Всеобщая история ФКиС	1	0,5	2	22		
2	История ФКиС России	1	1	1	22		
3	История МСиОД	1	0,5	1	22		
Итого часов: 72			2	4	66		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



**Факультет Адаптивной физической культуры, рекреации и
туризма**

Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ»
(Б1.0.09)**

Направления подготовки/специальности:

49.03.02

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**

Направленности (профили):

**Адаптивное физическое воспитание
Адаптивная двигательная рекреация
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная,
заочная* Год набора 2019, 2020,
2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим
советом Института спорта и физического
воспитания Протокол № 01 от «26»
сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _1_ от «11_» сентября_2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _2_ от «_9_» сентября_2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _2_ от «_15_» сентября_2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _1_ от «_31_» августа_2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _3_ от «_13_» сентября_2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения
заседания кафедры Теории и методики
гимнастики
Протокол № _2_ от «_04_» сентября_2024 г.

Составители:

Дубовицкая И.А., старший преподаватель кафедры ТиМ гимнастики ФГБОУ
Рус «ГЦОЛИФК».

Рецензент: Костикова Л.В., к.п.н., профессор кафедры ТиМ баскетбола
ФГБОУ Рус «ГЦОЛИФК».

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «**МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ**» является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств гимнастики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) «**Б1.0.09 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ**»), являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно связан с курсами гуманитарного и естественнонаучного цикла, поскольку ориентирован на познание той части культуры, которая является специфическим фактором совершенствования природных (естественных) качеств и способностей человека, оптимизации его физического состояния, физического развития и здоровья в целом.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

4.Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК- 7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	1	1
	УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	1	1
	УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;	1	1
	УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	1	1
	УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1	1
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	1	1

	УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	1	1
	УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	1	1
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;	1	1
	УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	1	1
ОПК- 1	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурноспортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья		
	ОПК-1.1. Знает историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;	1	1
	ОПК.- 1.2. Знает значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурноспортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;	1	1
	ОПК – 1.7. Знает: - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;	1	1
	ОПК-1.8. Знает: - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурноспортивной деятельности;	1	1
	ОПК – 1.9. Знает психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.	1	1
	ОПК-1.10. Умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;	1	1
	ОПК-1.11. Умеет: - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с	1	1

	учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;		
	ОПК-1.12. Умеет: - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, в лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;	1	1
	ОПК-1.13. Умеет: - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;	1	1
	ОПК-1.14. Умеет: - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по	1	1

	количественным и качественным критериям;		
	ОПК-1.15. Умеет: - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; -оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.	1	1
	ОПК-1.16. Имеет опыт проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;	1	1
	ОПК-1.17. Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;	1	1
	ОПК-1.18. Имеет опыт: - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурноспортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	1	1
ОПК-10	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)		
	ОПК-10.1 Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью	1	1

	предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.		
	ОПК-10.2. Умеет: - определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	1	1
	ОПК-10.3. Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	1	1

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4** зачетные единицы, **144** академ. час.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История гимнастики и её место в системе физического воспитания. Базовые средства и методические особенности гимнастики.	1	2		10		реферат
2	Основы гимнастической терминологии	1		10	12		устный опрос, контрольная работа
3	Строевые упражнения	1		10	12		тестирование, практическое задание
4	Вольные упражнения	1		8	12		контрольная работа, практическое задание
5	Комплексы и основы методики обучения общеразвивающим упражнениям (ОРУ)	1		16	19		контрольная работа, практическое задание
6	Проведение урока гимнастики в школе	1		10	14		контрольная работа
7	Экзамен	1				9	экзамен
Итого часов: 144			2	54	79	9	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История гимнастики и её место в системе физического воспитания. Базовые средства и методические особенности гимнастики.	1	2		15		реферат
2	Основы гимнастической терминологии	1		2	20		устный опрос, контрольная работа
3	Строевые упражнения	1		1	15		тестирование, практическое задание
4	Комплексы и основы методики обучения общеразвивающим упражнениям (ОРУ)	1		3	20		контрольная работа, практическое задание
5	Реферат на тему из прикрепленного списка (по выбору студента)	1			15		реферат
6	Презентация по теме «ОРУ с малым оборудованием»	1		1	20		презентация
7	Проведение урока гимнастики в школе	1		1	20		контрольная работа
8	Экзамен	1				9	
Итого часов: 144			2	8	125	9	

5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проводится по следующим темам учебной программы:

Очная форма обучения:

1. Основы гимнастической терминологии
2. Строевые упражнения
3. Вольные и акробатические упражнения
4. Комплекс ОРУ
5. План-конспект урока гимнастики в школе
6. Реферат на выбранную тему

1. Гимнастическая терминология

Для оценки знаний студентов по теме «Гимнастическая терминология» используются контрольные таблицы, составленные из 64 терминов. Задания содержатся на картинках в виде одной позы/движения, или нескольких поз/движений, представляющих последовательность движения телом или отдельной его частью. Правильным считается только один ответ.

Задача оцениваемого заключается в выборе ответа (устно и письменно), который, по его мнению, является правильным. Для фиксации письменных ответов используется специальный бланк.

2. Строевые упражнения

Для тестирования знаний студентов по теме «Строевые упражнения» используются контрольные тесты, составленные из 10 вопросов. К каждому заданию предложено четыре варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы, а также ответы, частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным считается только один – наиболее полный. Задача тестируемого заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по его мнению, является правильным. Для фиксации ответов используется специальный бланк.

Практическое задание: Разучить и провести в качестве преподавателя на учебной группе (учебном отделении) комбинацию, составленную из строевых упражнений, наиболее часто встречающихся в практике проведения занятий физической культурой.

3. Учебно-зачётная композиция вольных упражнений

Композиция вольных упражнений содержит 32/64 движения общеразвивающего характера и выполняется строго в соответствии с программой под произвольно выбранное музыкальное сопровождение инструментального характера. Возможна замена музыкального сопровождения подсчетом. При выполнении вольных упражнений участнику необходимо соблюдать общий порядок и точность выполнения движений и демонстрировать уверенное их выполнение; выполнять движения с максимальной амплитудой в соответствии с требованиями гимнастического стиля; соблюдать согласованность выполнения движений с темпоритмом музыкального сопровождения.

4. Комплекс ОРУ

1. Составить по одному упражнению, согласно требованиям к гимнастической терминологии, на каждую часть тела (последовательность: руки, туловище, ноги, упражнение в седе, упорах, подскоки) – всего 6 упражнений;
2. Упражнения должны быть на 4 или 8 счетов;
3. Строго соблюдена последовательность упражнений по анатомическому признаку (сверху вниз);
4. Все упражнения должны начинаться из разных исходных положений (6 упражнений – 6 разных исходных положений);
5. В правом столбце необходимо подробно расписать организационно-методические указания (правильность выполнения движений) к каждому упражнению.

5. Контрольная работа по теме «План-конспект урока гимнастики в школе»

Составить план-конспект на тему «Урок гимнастики в школе» с учётом возрастных особенностей и

6. Реферат

Написание реферата на избранную тему из прикрепленного списка (по выбору студента).

Темы рефератов

1. Гимнастика как средство оздоровления и рекреации населения.
2. Оздоровительные виды гимнастики и их разновидности.
3. История создания и основы терминологии гимнастических упражнений.
4. Методические особенности гимнастических упражнений.
5. Основы методики обучения гимнастическим упражнениям.
6. Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.
7. Педагогическая технология составления комплексов общеразвивающих упражнений.
8. Формирование осанки, профилактика плоскостопия и укрепление сводов стопы с помощью гимнастических упражнений.
9. Использование гимнастических упражнений для развития силовых способностей.
10. Развитие двигательно-координационных способностей на занятиях гимнастикой.
11. Развитие гибкости с помощью гимнастических упражнений.
12. Развитие выносливости на занятиях гимнастикой.
13. Использование гимнастических упражнений в избранном виде спорта.
14. Особенности занятий гимнастикой с детьми.
15. Особенности занятий гимнастикой с подростками.
16. Особенности занятий гимнастикой с лицами старшего и пожилого возраста.
17. Методика составления и содержание индивидуального комплекса утренней гигиенической гимнастики.
18. Проведение занятий гимнастикой для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
19. Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС и экстремальных ситуациях.
20. Методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность.

Перечень вопросов по теоретическим основам гимнастики

1. Поясните значение и происхождение понятия «гимнастика». В чем проявляются особенности гимнастических упражнений?
2. Классифицируйте современные спортивные виды гимнастики и дайте их краткую характеристику.
3. Дайте краткую характеристику гигиенической гимнастики.
4. Расскажите о развитии гимнастики в России в послевоенный период и на современном этапе.
5. Расскажите о значении и месте гимнастики в системе физического воспитания населения.
6. Какова роль П.Ф. Лесгафта в формировании теоретико-методических основ русской национальной системы гимнастики?

7. Охарактеризуйте и классифицируйте строевые упражнения. Назовите элементы строя, точки зала и его границы.
8. Дайте характеристику и классифицируйте разновидности передвижений, определите их место в занятии и расскажите о способах их проведения.
9. Охарактеризуйте общеразвивающие упражнения. Как они классифицируются? Какие педагогические задачи можно решать, используя общеразвивающие упражнения?
10. Каковы требования к организации занятий гимнастикой?
11. Расскажите об истории европейской гимнастики XIX и XX века. Дайте краткую характеристику немецкой, французской, шведской и чешской (Сокольской) национальных систем гимнастики.
12. Охарактеризуйте прикладные упражнения. Какие двигательные навыки они формируют? В чем проявляются особенности методики обучения этим упражнениям?
13. В чем заключаются специфика атлетической гимнастики и ее отличие от популярных форм силовой тренировки (бодибилдинга и др.)?
14. Какие факторы повышают вероятность получения травмы при выполнении гимнастических упражнений?
15. Объясните значение гимнастической терминологии и перечислите предъявляемые к ней требования.
16. Расскажите о методике составления комплексов общеразвивающих упражнений.
17. Расскажите, какие виды гимнастических упражнений используются при проведении подготовительной части урока гимнастики?
18. Расскажите о средствах и методах коррекции избыточного веса, профилактики плоскостопия и формирования рациональной осанки у занимающихся.
19. Дайте характеристику методу разучивания гимнастических упражнений «По показу». Расскажите об основных задачах данного метода, направленности педагогических действий и основных методах обучения.
20. Перечислите и охарактеризуйте факторы, стимулирующие интерес к занятиям гимнастикой.
21. Дайте характеристику методу разучивания гимнастических упражнений «По рассказу». Расскажите об основных задачах данного метода, направленности педагогических действий и основных методах обучения.
22. Дайте характеристику методу разучивания гимнастических упражнений «По рассказу и показу». Расскажите об основных задачах данного метода, направленности педагогических действий и основных методах обучения.
23. Назовите правила формирования терминов, обозначающих движения конечностями по дугам и кругам. Приведите примеры.
24. Расскажите о методических требованиях, которым должны отвечать занятия гимнастикой.
25. Что представляют собой «Правила условных сокращений» и с какой целью они были введены в гимнастическую терминологию?
26. Дайте характеристику методу разучивания гимнастических упражнений «По разделению». Расскажите об основных задачах данного метода, направленности педагогических действий и

основных методах обучения.

27. Охарактеризуйте общеразвивающие упражнения с предметами. Как они классифицируются? Какие педагогические задачи можно решать, используя эти упражнения?

28. Охарактеризуйте оздоровительные виды гимнастики и их разновидности.

29. Охарактеризуйте образовательно-развивающие виды гимнастики и их разновидности.

30. Охарактеризуйте спортивные виды гимнастики и их разновидности.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика : учеб. пособие / ред.: Л.А. Савельева, Р.Н. Терехина; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта.— Москва : Человек, 2014.— 149 с. Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641294>

2. Тихонов, В. Н. Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / В. Н. Тихонов.— Малаховка: МГАФК, 2012.— 320 с. Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/772168>

3. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для вузов / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/520227>

б) Дополнительная литература:

1. Алаева, Л. С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения: учебное пособие: [16+] / Л. С. Алаева, К. Г. Клецов, Т. И. Зябрева; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 72 с.: ил. Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271>

2. Лебедихина, Т. М. Гимнастика : теория и методика преподавания : учебное пособие / Т. М. Лебедихина ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. — Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2017. — 114 с <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695481>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <https://fgosvo.ru/>

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации - <http://fgosreestr.ru>

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ - <http://profstandart.rosmintrud.ru>

4. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru/>

5. Министерства спорта Российской Федерации - www.minsport.gov.ru/

6. Федерация спортивной гимнастики России - <https://sportgymrus.ru/> - сайт.

7. Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) <https://www.gto.ru/> - сайт

8. Федерация воздушно-силовой атлетики (воркаут) России (<https://rapaf.ru/>)

9. Федерация прыжков на батуте России (<https://www.trampoline.ru/>)

10.Официальное опубликование правовых актов <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212190107?ysclid=lr1p1m8m4724632908>

11.База данных нормативных документов (<https://sportgymrus.ru/o-federatsii/ofitsialny-e-dokumenty.html>)

12.Федерация прыжков на батуте России. База данных нормативных документов (<https://www.trampoline.ru/documents/>)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
2. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
3. Образовательная платформа Юрайт (urait.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (emir.gov.ru).

Федерация спортивной акробатики России (acrobatica-russia.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Федерация спортивной акробатики России. База данных нормативных документов (acrobatica-russia.ru).

Международная федерация гимнастики. База данных международных соревнований (gymnastics.sport).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

а) Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

б) Учебные аудитории № 16 и 212, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, спортивные залы № 205, 206, 210 для проведения практических занятий.

в) Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

Инвентарь:

Комплект стандартного оборудования гимнастического зала:

- гимнастический ковер – 3 шт;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 15м – 2 шт;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 25м – 2 шт;
- гимнастические снаряды массового типа:
- гимнастические стенки (не менее 10 пролётов) – 3 шт;
- гимнастические скамейки 4 метра - 20 шт;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи малые, средние, набивные.

**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
«МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ»
(Б1.0.09)**

Направления подготовки/специальности:

49.03.02

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**

Направленности (профили):

**Адаптивное физическое воспитание
Адаптивная двигательная рекреация
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очная и заочная) форма

промежуточной аттестации: *экзамен*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос + контрольная работа по теме «Гимнастическая терминология»	5 неделя	10+2
2	Тестирование по теме «Строевые упражнения» + выполнение практического задания	8 неделя	2+10
3	Контрольная работа по теме «Вольные упражнения» + выполнение	10 неделя	2+10

	практического задания		
4	Контрольная работа + выполнение практического задания по теме «Комплекс ОРУ»	12 неделя	2+10
5	Контрольная работа по теме «План-конспект урока гимнастики в школе»	14-16 недели	12
	Посещение занятий	В течение семестра	13,5
	Экзамен:		26,5
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Тестирование по теме «Терминология гимнастических упражнений»	15
2	Подготовка доклада «Структура урока гимнастики в школе»	19,5
3	Тестирование по теме «Строевые упражнения»	12
4	Написание реферата по теме «Место основной гимнастики в системе физического воспитания»	12
5	Презентация по теме «Общеразвивающие упражнения с предметами»	15

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос + контрольная работа по теме «Гимнастическая терминология»	3 неделя	5+5
2	Тестирование по теме «Строевые упражнения» + выполнение практического задания	5 неделя	5+5
3	Контрольная работа + выполнение практического задания по теме «Комплекс ОРУ»	9 неделя	5+5
4	Реферат на тему из прикрепленного списка дисциплины «Гимнастика» (по выбору студента)	21 неделя	10
5	Презентация по теме «ОРУ с малым оборудованием»	25 неделя	10
6	Контрольная работа по теме «План-конспект урока гимнастики в школе»	24 неделя	10
	Посещение занятий	В течение всего периода обучения	10
	Экзамен:		30
ИТОГО:			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Тестирование по теме «Терминология гимнастических упражнений»	20
2	Подготовка доклада «Структура урока гимнастики в школе»	10
3	Тестирование по теме «Строевые упражнения»	10
4	Написание реферата по теме «Место основной гимнастики в системе физического воспитания»	20
5	Презентация по теме «Общеразвивающие упражнения с предметами»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. **Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.**

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший **не менее 41 балла**, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	Неудовлетворительно	Посредственно	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	Отлично

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.10 СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ИНВАЛИДОВ»

Направление подготовки:

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

Направленность (профиль): «Физическая реабилитация»
«Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол №2 от «03» сентября 2024г.

Составители:

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук,
профессор, зав. кафедрой теории и методики адаптивной физической
культуры РГУФКСМиТ;

Громова Ольга Владимировна – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры
РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целью освоения дисциплины «Социальная защита инвалидов» является: освоение студентами знаний об основах системы социальной защиты инвалидов в РФ, основных документов, регламентирующих работу этой системы и роли адаптивной физической культуры в социальном обеспечении людей с ограниченными возможностями.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» относится к дисциплинам обязательной части.

Данная дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся понимания особенностей функционирования системы социальной защиты в нашей стране, ее компонентов и функций, регламентирующих документов, а также места и роли адаптивной физической культуры в данной сфере.

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» является важнейшей основой для формирования навыков работы с нормативно-правовыми документами и дальнейшей работы выпускников в различных видах образовательных, реабилитационных и оздоровительных учреждений, спортивных организаций с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Безопасность жизнедеятельности», «Правовые основы адаптивной физической культуры», «Этика общения в адаптивной физической культуре».

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» предшествует и необходима для изучения таких дисциплин, как «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Общая патология и терапия», «Частная патология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», «Специальная психология» относящихся к дисциплинам обязательной части учебного плана, а так же дисциплин «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Оздоровительные технологии в реабилитации», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-

двигательного аппарата», «Частные методики адаптивной физической культуры», относящихся к части, формируемой участниками образовательных отношений.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
ОПК - 15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	1	1	
ОПК- 15.1.	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;	1	1	

ОПК-15.2.	- требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта, и адаптивной физической культуры, и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.	1	1	
ОПК-15.3.	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.	1	1	

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные**

единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Понятие инвалидности. Система социальной защиты	1	2	4	5		
2	Тема 2. Законодательство в области социальной защиты	1	2	4	5		
3	Тема 3. Проблемы взрослой инвалидности	1	2	4	5		
4	Тема 4. Проблемы детской инвалидности	1		4	5		
5	Тема 5. Модели инвалидности. Интеграция в обществе	1	2	2	5		
6	Тема 6. Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам	1	2	4	6		
Итого часов: 72 часа			10	22	31	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Понятие инвалидности. Система социальной защиты	1	2	2	10		
2	Тема 2. Законодательство в	1		2	10		

	области социальной защиты						
3	Тема 3. Проблемы взрослой инвалидности	1		2	10		
4	Тема 4. Проблемы детской инвалидности	1		2	7		
5	Тема 5. Модели инвалидности. Интеграция в обществе	1			6		
6	Тема 6. Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам	1			10		
Итого часов: 72 часа			2	8	53		Экзамен 9 час.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Понятиеинвалидности.
2. Статистика причининвалидности.
3. Медико-социальная экспертиза. Категории и группыинвалидности.
4. Определение I, II, III группы инвалидности и причины инвалидности.
5. Льготы и выплаты в зависимости от группы и причины инвалидности.
6. Система социальной защиты в России. Меры социальнойзащиты.
7. Барьеры городской среды. Пути и возможности ихустранения.
8. Барьеры (проблемы) в образовании итрудоустройстве.
9. Закон о социальной защите инвалидов в РФ. Обеспечение беспрепятственного доступа людей с ограниченными возможностями к информации.
10. Закон о социальной защите инвалидов в РФ. Обучение детейс инвалидностью. Образование.Трудоустройство.
11. Медицинская модельинвалидности.
12. Социальная модель инвалидности(деинституциональная).
13. Политико-правовая модельинвалидности.
14. Модель культурногоплюрализма.

15. Независимый образ жизни. Основная концепция. Программы независимого образа жизни. Сравнительная характеристика реабилитации (процесса) и независимого образа жизни.
16. Центр независимого образа жизни, структура и функции.
17. Сегрегация и интеграция. Интеграция людей с ограниченными возможностями в общество. Общие проблемы.
18. Проблемы различных категорий инвалидов.
19. Проблемы детей-инвалидов и семей в целом.
20. Жилье и транспорт. Требования и доступность для людей с ограниченными возможностями.
21. Понятие оккупационной терапии. Отличие оккупационной терапии от медицины.
22. Понятие нарушения и нормы в оккупационной терапии и медицине.
23. Государственные организации социальной помощи инвалидам, их структура и функции.
24. Общественные объединения инвалидов, их цели, задачи, функции.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература

1. Якушев, А. В. Социальная защита и социальная работа : учебное пособие / А. В. Якушев. – Москва : А-Приор, 2010. – 144 с.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56374>
2. Технология социальной работы : учебник : [16+] / Е. И. Холостова, Л. И. Кононова, Г. И. Климантова [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, Л. И. Кононовой. – 5-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 478 с. Замаева, З.П. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684507>

б) Дополнительная литература

3. Социальная защита и социальное обслуживание населения : учебник / З.П. Замаева. — 2-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2018. — 174 с. <https://lib.rucont.ru/efd/689442>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Федеральный закон "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24.11.1995 N 181-ФЗ
https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Рукопонт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
2. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru)
4. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы

данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ИНВАЛИДОВ» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очная форма), 1 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме: «Законодательство РФ в области социальной защиты инвалидов».	7 неделя	10
2	Защита реферата по теме: «Проблемы взрослой инвалидности»	9 неделя	12
3	Контрольная работа по теме: «Модели инвалидности»	11 неделя	10
4	Ситуационная задача по теме: «Проблемы взрослой инвалидности»	13 неделя	12
5	Коллоквиум по теме: «Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам»	15 неделя	10
6	Посещение занятий	Весь период	1 *16 занятий = 16 баллов
7	Сдача экзамена		30
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Опрос «Проблемы инвалидности»	10
2	Опрос по пропущенной теме	10
3	Контрольная работа по теме: «Модели инвалидности».	10

4	<i>Защита реферата по теме: «Интеграция людей с ограниченными возможностями в общество».</i>	10
5	<i>Опрос «Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам»</i>	15

Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	<i>Коллоквиум по теме: «Законодательство РФ в области социальной защиты инвалидов».</i>	15
2	<i>Ситуационная задача по теме: «Проблемы взрослой инвалидности»</i>	12
3	<i>Коллоквиум по теме: «Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам»</i>	15
4	<i>Защита реферата «Интеграция людей с ограниченными возможностями в общество»</i>	13
5	Посещение занятий	3 x 5 занятий =15 баллов
6	Сдача экзамена	30
ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	<i>Опрос «Проблемы инвалидности»</i>	10
2	<i>Опрос по пропущенной теме</i>	10
3	<i>Контрольная работа по теме: «Модели инвалидности».</i>	10
4	<i>Защита реферата по теме: «Интеграция людей с ограниченными возможностями в общество».</i>	10
5	<i>Опрос «Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам»</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно- цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.10 Социальная защита инвалидов»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Физическая реабилитация»
«Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1 семестр - на очной форме обучения, 1 семестр – на заочной форме обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоение студентами знаний об основах системы социальной защиты инвалидов в РФ, основных документов, регламентирующих работу этой системы и роли адаптивной физической культуры в социальном обеспечении людей с ограниченными возможностями.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
ОПК - 15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	1	1	
ОПК- 15.1.	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите ; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;	1	1	

ОПК-15.2.	- нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта, и адаптивной физической культуры, и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.	1	1	
ОПК-15.3.	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.	1	1	

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Понятие инвалидности. Система социальной защиты	1	2	4	5		
2	Тема 2. Законодательство в области социальной защиты	1	2	4	5		
3	Тема 3. Проблемы взрослой инвалидности	1	2	4	5		
4	Тема 4. Проблемы детской инвалидности	1		4	5		
5	Тема 5. Модели инвалидности. Интеграция в обществе	1	2	2	5		
6	Тема 6. Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам	1	2	4	6		
Итого часов: 72 часа			10	22	31	9	Экзамен

Заочная форма обучения

			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Понятие инвалидности. Система социальной защиты	1	2	2	10		
2	Тема 2. Законодательство в области социальной защиты	1		2	10		
3	Тема 3. Проблемы взрослой инвалидности	1		2	10		
4	Тема 4. Проблемы детской инвалидности	1		2	7		
5	Тема 5. Модели инвалидности. Интеграция в обществе	1			6		
6	Тема 6. Роль государственных и общественных организаций в обеспечении социальной помощи инвалидам	1			10		
Итого часов: 72 часа			2	8	53		Экзамен 9 час.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра анатомии и биологической антропологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.11 Анатомия человека»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 43 от «27» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «01» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

Составитель:

Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор
кафедры анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;
Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и
биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;

Рецензент:

Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор кафедры
анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель курса – создать у студентов целостное представление о строении и функционировании организма и о его адаптации в процессе систематических занятий физической культурой и спортом.

Медико-биологическая грамотность в сфере физической культуры и спорта обеспечивает специалистов возможностью: совершенствовать процессы двигательных умений, процессы развития физических качеств, избегая предпатологических и патологических изменений в организме человека; возможностью оценивать и прогнозировать функциональное состояние человека; определять и затем избегать неточности в выполнении технически сложных физических упражнений с учетом возраста, пола и физического развития организма, а также с учетом возможных отклонений в состоянии здоровья занимающегося.

При изучении анатомии человека ставятся следующие задачи.

Заложить логически обоснованную и упорядоченную систему знаний о важных и наиболее общих закономерностях строения организма человека. На основе этих знаний сформировать естественно-научный тип мировоззрения и мышления, обеспечить навык самостоятельного решения задач в профессиональной деятельности.

Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины **«Анатомия человека»** Базовой части (Б.1.0.11) базовая часть составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки **49.03.02**

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль **«Адаптивное физическое воспитание»**, **«Лечебная физическая культура»**, **«Физическая реабилитация»**

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами как биомеханика, спортивная медицина, физиология, биохимия, спортивный массаж и др., так как анатомия человека это «фундамент» в системе медико-

биологических дисциплин, необходимых в деятельности специалистов в области физической культуры и спорта. Программа составлена с учетом современных данных о макро- и микроскопическом строении организма человека, возрастной, конституциональной, динамической анатомии.

В связи с активизацией в настоящее время реабилитационных и адаптивных мероприятий, а также Параолимпийского движения, особую актуальность для выпускаемых специалистов в этой сфере приобретают знания о форме, строении, развитии, адаптации и функциях организма человека, в том числе и у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

В основу преподавания курса положен принцип единства теории и практики. В динамическом аспекте рассматриваются вопросы: развития и становления организма человека; влияние биологических и социальных факторов на рост и развитие человека, взаимоотношение структуры и функции, взаимосвязь организма с внешней средой и др.

Каждая из тем учебной программы включает рассмотрение общетеоретического, возрастного и спортивного аспектов, акцентирует внимание на вопросах практического использования конкретных данных и методов в работе выпускаемых специалистов.

Учебная работа по курсу «Анатомия человека» проводится в форме лекций, практических занятий и самостоятельной работы студентов. На лекциях излагаются общетеоретические основы предмета с учетом современных достижений морфологических и смежных наук.

На практических занятиях студенты изучают частную анатомию отдельных органов, систем и аппаратов человека. Цель каждого занятия – практическое освоение материала, формирование навыков самостоятельной работы с анатомическими препаратами и живым человеком и овладение методическими приемами анатомического анализа положений и движений тела человека.

В изучении анатомии особое внимание уделяется работе с натурщиком – изучению проекции основных анатомических образований опорно-

двигательного аппарата, внутренних органов, сердца, сосудов и нервов на поверхность тела человека, с рентгенограммами и т.д.; знакомству с методиками оценки функционального состояния отдельных систем организма занимающихся физической культурой.

Самостоятельная работа проводится во вне учебное время – в специализированных учебных аудиториях, в анатомическом музее, где кафедра обеспечивает студентов наглядными пособиями и индивидуальной консультативной помощью.

Проверка знаний студентов осуществляется на практических занятиях (текущий контроль), а по отдельным темам проводится рубежный контроль знаний в форме микрозачетов, написания контрольной работы по динамической анатомии и компьютерного тестирования. Программа является единой для студентов дневной и заочной форм обучения по данному направлению подготовки.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК - 4	<i>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся</i>	1	1
ОПК - 4.1	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений;	2	2

ОПК - 4.3	Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, динамометрию, методы антропометрии, гониометрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности	2	2
ОПК- 4.4	Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений;	2	2

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр Занятия лекционного	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточ ной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарског	Самостоятел ьная работа	Контроль	
I семестр						
Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии		I	2			
Раздел I. Анатомия органов систем исполнения движения человека		1				

1.1	Остеология	1	2	8	10		
1.1.1	Возрастная и функциональная анатомия костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	1	2		2		
1.1.2	Кости черепа	1		2	2		
1.1.3	Кости туловища	1		2	2		
1.1.4	Кости верхней конечности	1		2	2		
1.1.5	Кости нижней конечности	1		2	2		
1.2	Артрология	1	2	12	18		
1.2.1	Возрастная и функциональная анатомия соединений костей. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	1	2				
1.2.2	Соединения костей черепа	1		2			
1.2.3	Соединения костей туловища	1		2	2		
1.2.4	Соединение костей верхней конечности	1		4	8		
1.2.5	Соединения костей нижней конечности	1		4	8		
1.3	Миология	1	6	8	20		
1.3.1	Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	1	2				
1.3.2	Мышцы шеи и головы	1		2			
1.3.3	Мышцы туловища	1					
	а) мышцы, обеспечивающие движения туловища; б) дыхательные мышцы	1	2	2	8		
1.3.4	Мышцы верхней конечности: движение пояса и свободной верхней конечности	1		2	6		
1.3.5	Мышцы нижней конечности: движения бедра, голени и стопы	1		2	6		

1.3.6	Морфокинезиологический анализ работы конечностей	1	2				
Раздел II. Динамическая анатомия		1	4	2	14		
2.1.	Динамическая анатомия положений и движений тела человека	1	2		2		
2.2.	Динамическая анатомия циклических и ациклических движений тела	1	2		2		
2.3.	Динамическая анатомия вращательных движений тела	1		2			
2.4.	Смещаемость внутренних органов человека при изменении положений тела в пространстве	1			10		
Итого 1 семестр: 108			16	30	62		зачет
II СЕМЕСТР							
Раздел III. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека		II	6	20	16		
3.1.	Внутренние органы	2	2		2		
3.1.1.	Пищеварительная система	2	2				
	а) пищеварительная тракт	2		2	2		
	б) пищеварительный железы	2		2	2		
3.1.2.	Дыхательная система	2		2			
3.1.3.	Мочевые органы	2		2			
3.1.4.	Половые органы	2		2			
3.2.	Сердечно-сосудистая система	2	2				
3.2.1.	Строение сердца	2		2	2		
3.2.2.	Сосуды большого круга кровообращения	2					
	а) строение аорты и область её кровоснабжение	2		4	4		
	б) пути оттока	2		2	2		
3.3	Лимфатическая система	2					
5.2.4	Лимфатические сосуды,			2	2		

	узлы и органы иммуногенеза						
Раздел IV. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека		2	6	16	35		
4.1.	Эндокринная система	2		2			
4.2.	Нервная система	2	2				
4.2.1.	Центральная нервная система (ЦНС)	2					
	а) спинной мозг	2		4	6		
	б) стволловая часть головного мозга	2		4	9		
	в) конечный мозг	2		2	4		
4.2.2.	Проводящие пути центральной нервной системы	2	2				
	а) чувствительные пути	2			2		
	б) двигательные пути	2			2		
4.2.3.	Периферическая нервная система	2	2				
	а) черепные нервы	2		2	4		
	б) спинномозговые нервы	2		2	4		
4.2.4.	Вегетативная нервная система	2			2		
4.2.5	Органы чувств	2			2		
Итого часов 2 семестр: 108			12	36	51		
Форма промежуточной аттестации		2				9	Экзамен
Итого часов: 216			28	66	113	9	

Заочная форма обучения

[illegible]

1.1	Остеология	I					
1.1.1	Возрастная и функциональная анатомия костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	1	2		4		
1.1.2	Кости верхней и нижней конечностей и туловища	1			16		
1.2	Артрология	1					
1.2.1	Возрастная и функциональная анатомия соединений костей. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	1		2	10		
1.2.2	Соединение костей черепа, туловища, верхней и нижней конечностей	1		2	16		
1.3	Миология	1					
1.3.1	Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	1		2	4		
1.3.2	Мышцы туловища и головы	1			10		
1.3.3	Мышцы верхней и нижней конечности	1		2	16		
1.3.2	Морфокинезиологический анализ работы конечностей	1			4		
Раздел II Динамическая анатомия		1					
2.1	Динамическая анатомия положений и движений тела человека	1			18		
Итого за 1 семестр: 108			2	8	98		Зачет
2-й семестр							
Раздел III Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека		2					
3.1	Внутренние органы	2		4	28		
3.2	Сосудистая система	2		2	28		

Раздел IV Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека	2	2	2	33		
Форма промежуточной аттестации					9	Экзамен
Итого за 2 семестр: 108		2	8	89	9	Экзамен
Итого часов: 216		4	16	187	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к зачету и экзамену по всему курсу дисциплины «Анатомия человека»

1-й семестр

Опорно-двигательный аппарат

Вопросы для зачета

1. Скелет пояса верхней конечности. Мышцы, участвующие в движении пояса верхней конечности.
2. Плечевой сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении плеча.
3. Локтевой сустав. Суставы, образующие локтевой сустав и мышцы, участвующие в движении предплечья.
4. Лучезапястный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в приведении и отведении кисти.
5. Кисть и ее отделы. Соединение между предплечьем и кистью. Мышцы участвующие в сгибании и разгибании кисти.

6. Таз как целое и функциональное значение этого образования. Строение крестцово-подвздошного сустава.
7. Скелет свободной нижней конечности. Строение тазобедренного сустава. Мышцы, участвующие в супинации и пронации бедра.
8. Строение костей, образующих тазобедренный сустав. Мышцы, участвующие в сгибании и разгибании бедра.
9. Коленный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении голени.
10. Суставы, в которых происходит движение стопы. Мышцы, участвующие в движении стопы.
11. Позвоночный столб. Строение и функциональное значение. Мышцы, участвующие в разгибании туловища.
12. Схема строения позвонка. Особенности позвонков разных отделов. Мышцы, участвующие в скручивании туловища.
13. Строение и функциональное значение грудной клетки. Основные дыхательные мышцы.
14. Кости мозгового черепа и соединения между ними. Функциональное значение мозгового черепа. Мимические мышцы.
15. Кости лицевого черепа. Строение височно-нижнечелюстных суставов. Мышцы, участвующие в движении этих суставов.
16. Строение суставов, в которых происходит движение головы. Мышцы, участвующие в этих движениях.
17. Скелет грудной клетки. Строение и функции диафрагмы.
18. Соединения позвоночного столба. Мышцы, образующие брюшной пресс. Функциональное значение брюшного пресса.
19. Соединения грудной клетки. Слабозащищенные места туловища.
20. Особенности позвонков поясничного отдела. Мышцы, участвующие в сгибании туловища.
21. Общий центр тяжести тела человека. Половые и возрастные особенности его местоположения.

22. Площадь опоры и ее характеристика.
23. Анатомические рычаги I, II и III рода. Различия между ними.
24. Виды равновесия тела человека. Условия равновесия. Понятие угла устойчивости. Примеры из спортивной практики.
25. Анатомическая характеристика антропометрического положения тела человека.
26. Характеристика площади опоры и степень устойчивости тела при ходьбе.
27. Понятие об осанке. Типы осанки и их морфологические особенности.
28. Анатомическая характеристика «напряженного вида стояния» человека.
29. Внешние и внутренние силы, обуславливающие движение человека.
30. План анатомического анализа положения и движения тела человека.
31. Классификация движений человека.
32. Анатомическая характеристика вися на согнутых руках.
33. Анатомическая характеристика ходьбы.
34. Анатомическая характеристика циклов движения человека при ходьбе.
35. Характеристика работы опорной ноги при ходьбе.
36. Положение общего центра тяжести тела человека при ходьбе и беге.
37. Анатомическая характеристика бега и спортивной ходьбы.
38. Координация движений между верхней и нижней конечностью при ходьбе и функциональное значение этой координации.
39. Характеристика работы мышц туловища и верхней конечности при ходьбе пригибным шагом.
40. Работа мышц нижней конечности при отталкивании.

41. Анатомическая характеристика вращательного движения «сальто назад». Закон постоянства количества движений

42. Местоположение центров тяжести отдельных частей тела (головы, туловища, плеча, предплечья, бедра, голени и стопы).

2-й семестр

Вопросы для экзамена

Системы обеспечения и регуляции двигательного аппарата человека

1. Внутренние органы как органы системы обеспечения двигательной деятельности человека.

2. Классификация внутренних органов по строению.

3. Строение стенки полого внутреннего органа.

4. Общий план строения паренхиматозного внутреннего органа.

5. Отделы пищеварительного тракта и особенности строения стенки каждого отдела.

6. Ротовая полость. Строение и функции. Зубы. Язык. Слюнные железы.

7. Строение, проекция и функции глотки.

8. Строение и проекция желудка. Железы желудка. Всасывание в желудке.

9. Отделы тонкого кишечника, их проекция. Строение стенки. Функции.

10. Печень (проекция, внешнее строение и функции). Пути оттока желчи.

11. Структурно-функциональная единица печени.

12. Поджелудочная железа (проекция, строение и функции).

13. Отделы толстого кишечника. Отличие толстого кишечника от тонкого по строению.

14. Брюшная полость. Брюшина. Образования брюшины. Интра-мезо- и экстраперитонеальное расположение органов в полости брюшины.

15. Отделы воздухоносных путей и особенности строения их стенки.

16. Полость гортани. Механизм голосообразования.
17. Хрящи гортани, их проекция и функции.
18. Внешнее строение легких, их местоположение, отличие.

Средостение.

19. Строение бронхиального дерева.
20. Структурно-функциональная единица легкого.
21. Макростроение почки. Местоположение. Фиксирующий аппарат.

Смещение почек у спортсменов.

22. Функции почки. Структурно-функциональная единица почки.
23. Строение стенки мочевыводящих путей.
24. Строение мужских половых органов и их функция.
25. Строение женских половых органов и их функция.
26. Классификация сердечно-сосудистой системы. Артерии и вены.
27. Сердечно-сосудистая система как система обеспечения двигательной деятельности человека. Изменения под действием физических нагрузок.

28. Внешнее строение сердца и его проекция.
29. Камеры сердца и их связь с кругами кровообращения.
30. Клапаны сердца.
31. Круги кровообращения и их функциональное значение.
32. Проводящая система сердца.
33. Строение стенки сердца, изменения под действием физических нагрузок.
34. Закономерности расположения сосудов человека.
35. Строение стенки артериального сосуда, классификация по строению стенки, отличие от венозного сосуда. Возрастные изменения.
36. Строение аорты. Области кровоснабжения от ее частей (восходящей, дуги и нисходящей).

37. Кровоснабжение стенки сердца и пути оттока от неё.
38. Сосуды, отходящие от дуги аорты и области их кровоснабжения.

39. Подключичная артерия, её ветви и области кровоснабжения.
40. Кровоснабжение верхней конечности.
41. Кровоснабжение головного мозга.
42. Отделы нисходящей аорты и две группы ветвей, отходящие от неё.
43. Грудная аорта. Ветви и области их кровоснабжения.
44. Кровоснабжение парных органов брюшной полости и пути оттока от них.
45. Кровоснабжение непарных органов брюшной полости и пути оттока от них.
46. Кровоснабжение нижней конечности.
47. Микроциркуляторное русло, его функция.
48. Строение стенки венозного сосуда и факторы, способствующие движению крови по венозным сосудам.
49. Система верхней поллой вены.
50. Отток крови от головного мозга.
51. Система нижней поллой вены.
52. Система воротной вены.
53. Классификация и функции лимфатической системы.
54. Строение, функции и топография лимфатических узлов.
55. Значение изучения лимфатической системы для спортсменов.
56. Строение нервной ткани и её функции.
57. Классификация нейронов. Классификация рецепторов
58. Строение, топография и функции белого и серого вещества мозга.
59. Классификация центральной нервной системы по топографическому и функциональному принципам.
60. Оболочки спинного и головного мозга.
61. Строение спинного мозга и его функции.
62. Строение сегмента спинного мозга.
63. Соматическая и вегетативная рефлекторные дуги.

64. Ветви спинномозгового нерва и их функции.
65. Шейное сплетение, его образование, проекция, ветви и область иннервации.
66. Плечевое сплетение, его образование, проекция, ветви и области иннервации
67. Межрёберные нервы, их проекция и область иннервации.
68. Поясничное сплетение, его образование, ветви и область иннервации.
69. Крестцово-копчиковое сплетение, его образование, местоположение, ветви и область иннервации
70. Отделы головного мозга. Желудочки головного мозга и их топография.
71. Строение и функции продолговатого мозга.
72. Строение и функции заднего мозга.
73. Строение и функции среднего мозга.
74. Строение промежуточного мозга и его функции
75. Строение конечного мозга и его функции
76. Базальные ядра и их функциональное значение.
77. Микроскопическое строение коры больших полушарий конечного мозга.
78. Локализация анализаторов в коре больших полушарий конечного мозга.
79. Подкорковые зрительные центры и локализация в коре больших полушарий анализаторов зрительного нерва.
80. Классификация проводящих путей центральной нервной системы.
81. Отделы головного мозга, связанные с экстрапирамидными двигательными путями.
82. Общая характеристика и классификация двигательных путей центральной нервной системы.

83. Общая характеристика и классификация чувствительных путей центральной нервной системы.
84. Отличие симпатической нервной системы от парасимпатической нервной системы.
85. Железы внутренней секреции, их классификация.
86. Железы внутренней секреции, связанные с промежуточным мозгом.
87. Строение и функция надпочечников.
88. Строение глаза.
89. Строение уха.
90. Строение кожи.
91. Черепные нервы.

Примерный перечень вопросов для текущего контроля успеваемости по дисциплине «Анатомия человека»

1-й семестр

Опорно-двигательный аппарат

Остеология

1. Строение кости.
2. Классификация костей.
3. Понятия «система органов» и «аппарат».
4. Функции скелета человека.
5. Отделы скелета человека.
6. Этапы развития кости в онтогенезе
7. Строение кости как органа.

Артрология

2. Классификация соединений костей.
3. Классификация синартрозов.
4. Общий план строения сустава.

5. Добавочные образования суставов и их функциональные значения.
6. Факторы, укрепляющие сустав.
7. Классификация суставов.
8. Факторы, влияющие на подвижность в суставе.
9. Понятие о простых, сложных и комбинированных суставах.
10. Рост костей в длину и толщину. Инволютивные изменения в скелете.

Миология

11. Виды работ, выполняемых мышцами.
12. Стопа. Отделы стопы. Функциональное значение стопы. Своды стопы и мышцы, укрепляющие своды.
13. Функции мышечной системы. Возрастные изменения мышечной системы.
14. Строение мышцы как органа.
15. Классификация мышц.

Динамическая анатомия

1. План анализа положения или движения тела человека
2. Классификация движений
3. Внешние и внутренние силы, действующие в организме человека
4. Общий центр тяжести тела человека (ОЦТ), возрастные и половые особенности его местоположения
5. Центры тяжести отдельных частей тела человека
6. Методы определения ОЦТ человека
7. Центр объема тела человека
8. Удельный вес тела человека, его половые и возрастные особенности
9. Площадь опоры и ее характеристика
10. Виды равновесия тела человека, условия равновесия

11. Угол устойчивости тела, угол равновесия. Примеры из спортивной практики

12. Анатомическая характеристика антропометрического, спокойного, напряженного положений тела

13. Анатомическая характеристика ациклических движений на примерах из спортивной практики

14. Анатомическая характеристика циклических движений на примерах из спортивной практики

15. Анатомическая характеристика вращательных движений на примерах из спортивной практики

2-й семестр

Системы обеспечения и регуляции двигательной деятельности человека

Внутренние органы

1. Внутренние органы как органы системы обеспечения двигательной деятельности человека.

2. Классификация внутренних органов по строению.

3. Строение стенки полого внутреннего органа.

4. Общий план строения паренхиматозного внутреннего органа.

5. Отделы пищеварительного тракта и особенности строения стенки каждого отдела.

6. Ротовая полость. Строение и функции. Зубы. Язык. Слюнные железы.

7. Строение, проекция и функции глотки.

8. Строение и проекция желудка. Железы желудка. Всасывание в желудке.

9. Отделы тонкого кишечника, их проекция. Строение стенки. Функции.

10. Печень (проекция, внешнее строение и функции). Пути оттока желчи.
11. Структурно-функциональная единица печени.
12. Поджелудочная железа (проекция, строение и функции).
13. Отделы толстого кишечника. Отличие толстого кишечника от тонкого по строению.
14. Брюшная полость. Брюшина. Образования брюшины. Интра-мезо- и экстраперитонеальное расположение органов в полости брюшины.
15. Отделы воздухоносных путей и особенности строения их стенки.
16. Полость гортани. Механизм голосообразования.
17. Хрящи гортани, их проекция и функции.
18. Внешнее строение легких, их местоположение, отличие.

Средостение.

19. Строение бронхиального дерева.
20. Структурно-функциональная единица легкого.
21. Макростроение почки. Местоположение. Фиксирующий аппарат.

Смещение почек у спортсменов.

22. Функции почки. Структурно-функциональная единица почки.
23. Строение стенки мочевыводящих путей.
24. Строение мужских половых органов и их функция.
25. Строение женских половых органов и их функция.

Сердечно-сосудистая система

26. Классификация сердечно-сосудистой системы. Артерии и вены.
27. Сердечно-сосудистая система как система обеспечения двигательной деятельности человека. Изменения под действием физических нагрузок.
28. Внешнее строение сердца и его проекция.
29. Камеры сердца и их связь с кругами кровообращения.
30. Клапаны сердца.
31. Круги кровообращения и их функциональное значение.

32. Проводящая система сердца.
33. Строение стенки сердца, изменения под действием физических нагрузок.
34. Закономерности расположения сосудов человека.
35. Строение стенки артериального сосуда, классификация по строению стенки, отличие от венозного сосуда. Возрастные изменения.
36. Строение аорты. Области кровоснабжения от ее частей (восходящей, дуги и нисходящей).
37. Кровоснабжение стенки сердца и пути оттока от неё.
38. Сосуды, отходящие от дуги аорты и области их кровоснабжения.
39. Подключичная артерия, её ветви и области кровоснабжения.
40. Кровоснабжение верхней конечности.
41. Кровоснабжение головного мозга.
42. Отделы нисходящей аорты и две группы ветвей, отходящие от неё.
43. Грудная аорта. Ветви и области их кровоснабжения.
44. Кровоснабжение парных органов брюшной полости и пути оттока от них.
45. Кровоснабжение непарных органов брюшной полости и пути оттока от них.
46. Кровоснабжение нижней конечности.
47. Микроциркуляторное русло, его функция.
48. Строение стенки венозного сосуда и факторы, способствующие движению крови по венозным сосудам.
49. Система верхней поллой вены.
50. Отток крови от головного мозга.
51. Система нижней поллой вены.
52. Система воротной вены.
53. Классификация и функции лимфатической системы.
54. Строение, функции и топография лимфатических узлов.

55. Значение изучения лимфатической системы для спортсменов.

Нервная система

92. Строение нервной ткани и её функции.

93. Классификация нейронов. Классификация рецепторов

94. Строение, топография и функции белого и серого вещества мозга.

95. Классификация центральной нервной системы по топографическому и функциональному принципам.

96. Оболочки спинного и головного мозга.

97. Строение спинного мозга и его функции.

98. Строение сегмента спинного мозга.

99. Соматическая и вегетативная рефлекторные дуги.

100. Ветви спинномозгового нерва и их функции.

101. Шейное сплетение, его образование, проекция, ветви и область иннервации.

102. Плечевое сплетение, его образование, проекция, ветви и области иннервации

103. Межрёберные нервы, их проекция и область иннервации.

104. Поясничное сплетение, его образование, ветви и область иннервации.

105. Крестцово-копчиковое сплетение, его образование, местоположение, ветви и область иннервации

106. Отделы головного мозга. Желудочки головного мозга и их топография.

107. Строение и функции продолговатого мозга.

108. Строение и функции заднего мозга.

109. Строение и функции среднего мозга.

110. Строение промежуточного мозга и его функции

111. Строение конечного мозга и его функции

112. Базальные ядра и их функциональное значение.

113. Микроскопическое строение коры больших полушарий конечного мозга.

114. Локализация анализаторов в коре больших полушарий конечного мозга.

115. Подкорковые зрительные центры и локализация в коре больших полушарий анализаторов зрительного нерва.

116. Классификация проводящих путей центральной нервной системы.

117. Отделы головного мозга, связанные с экстрапирамидными двигательными путями.

118. Общая характеристика и классификация двигательных путей центральной нервной системы.

119. Общая характеристика и классификация чувствительных путей центральной нервной системы.

120. Отличие симпатической нервной системы от парасимпатической нервной системы.

Органы чувств и железы внутренней секреции

121. Железы внутренней секреции, их классификация.

122. Железы внутренней секреции, связанные с промежуточным мозгом.

123. Строение и функция надпочечников.

124. Строение глаза.

125. Строение уха.

126. Строение кожи.

127. Черепные нервы.

Самостоятельная работа

Примерная тематика контрольных работ по анатомическому анализу положения или движения тела человека в избранном виде спорта

1. Анатомический анализ низкого старта легкоатлета.
2. Анатомический анализ стойки боксера.

3. Анатомический анализ стартового положения пловца.
4. Анатомический анализ разных положений тела тяжелоатлета.
5. Анатомический анализ основной стойки фехтовальщика.
6. Анатомический анализ основной стойки стрелка.
7. Анатомический анализ выполнения движений в фехтовании.
8. Анатомический анализ стойки борца.

***План написания контрольной работы по анатомическому анализу
положения или движения тела:***

I. Краткая характеристика положения тела спортсмена или его движения по фазам выполнения движения. Описание проводится на основе знаний данного вида спорта с использованием его понятийного аппарата и терминологии.

II. Анализ положения (движения) с точки зрения механики.

Описываются:

- взаимоотношения условий и сил, действующих при данном движении (положении);
- расположение общего центра тяжести (ОЦТ) тела и центры тяжести его отдельных звеньев; возможные перемещения ОЦТ от нормы в данном положении и при движении;
- площадь опоры;
- виды равновесия;
- условия равновесия;
- степень устойчивости тела.

Этот раздел реферата иллюстрируют два рисунка: положение тела в описываемой позе (или движение по фазам его выполнения) и площадь опоры (вид сверху). На общем рисунке обозначаются силы, действующие на тело, общий центр тяжести (ОЦТ), углы устойчивости.

III. Положение звеньев опорно-двигательного аппарата.

При характеристике пассивной части опорно-двигательного аппарата необходимо описывать:

- положение каждого звена опорно-двигательного аппарата,
- сустав, в котором произошло это движение,
- ось, вокруг которой произошло движение в суставе.

IV. Анализ состояния активной части опорно-двигательного аппарата.

В этом разделе необходимо:

- описать функциональные группы мышц, обеспечивающие данное положение или движение;
- установить состояние мышцы или группы мышц (напряжена, расслаблена, растянута, укорочена);
- проанализировать характер опоры мышц (проксимальная или дистальная);
- дать характеристику работы, выполняемой отдельными группами мышц (преодолевающая работа, уступающая, удерживающая или баллистическая).

V. Особенности механизма внешнего дыхания.

Этот вопрос рассматривается как при нарушении нормального состояния компонентов данного механизма внешнего дыхания (грудной клетки и диафрагмы), так и спокойном равномерном дыхании.

Следует отметить:

- состояние грудной клетки (грудная клетка сдавлена или растянута);
- состояние межреберных мышц;
- положение и экскурсию диафрагмы;
- состояние мышц живота (при напряженных мышцах движения диафрагмы во время вдоха затруднены);
- тип дыхания: грудной, брюшной, смешанный.

VI. Особенности расположения и функции органов системы обеспечения (желудка, печени, почек, сердца).

VII. Влияние рассматриваемого упражнения и данного вида спорта на организм:

- скелет,
- мышцы,
- внутренние органы,
- сердце,
- координацию движений,
- осанку и рессорные свойства стопы.

VIII. Выводы и практические рекомендации.

Тестовые задания для оценки знаний студентов

Вопросы для компьютерного тестирования по скелету человека.

- 1. Анатомические термины для обозначения частей верхних и нижних конечностей**
 - а.** проксимальный и дистальный
 - б.** латеральный и медиальный
 - в.** вентральный и дорсальный
 - 4.** каудальный и краниальный
- 2. Плоскость, которая делит тело на передний и задний отделы**
 - а.** сагиттальная
 - б.** фронтальная
 - в.** горизонтальная
 - г.** перпендикулярная
- 3. Эпифиз образован ... костным веществом**
 - а.** компактным
 - б.** волокнистым
 - в.** губчатым
 - г.** диплоэ
- 4. Желтый костный мозг находится в**
 - а.** позвонках
 - б.** диафизах
 - в.** грудине
 - г.** эпифизах
- 5. Эпифизы и диафиз – это части ... кости**
 - а.** плоской
 - б.** смешанной

- в. трубчатой
- г. губчатой
- 6. **Трубчатая кость растет в толщину за счет**
 - а. надкостницы
 - б. компактного вещества
 - в. трабекул
 - г. гиалинового хряща
- 7. **Трубчатая кость растет в длину за счет**
 - а. надкостницы
 - б. губчатого вещества
 - в. костных каналов
 - г. эпифизарного хряща
- 8. **Прерывные соединения костей - это**
 - а. фиброзные
 - б. диартрозы
 - в. синхондрозы
 - г. синостозы
- 9. **Синхондрозы - это соединения с помощью ... ткани**
 - а. фиброзной
 - б. плотной
 - в. хрящевой
 - г. костной
- 10. **Опорно-двигательный аппарат состоит из**
 - а. скелета и мышц
 - б. костей и мышц
 - в. костей и их соединений
 - г. мышц и связок
- 11. **Активную часть опорно-двигательного аппарата составляют**
 - а. мышцы
 - б. кости
 - в. соединения
 - г. фасции
- 12. **Ткани, участвующие в образовании синдесмозов**
 - а. хрящевая
 - б. костная
 - в. синовиальная
 - г. фиброзная
- 13. **Виды соединений костей, являющиеся прерывными**
 - а. синартрозы
 - б. диартрозы
 - в. симфизы
 - г. связки
- 14. **Основными элементами сустава являются**
 - а. связки, диски, мениски, губы, сумки
 - б. синдесмозы, синхондрозы, синостозы, симфизы

в. поверхности костей, покрытые хрящом, капсула, полость, синовиальная жидкость

г. метафиз, гиалиновый хрящ, эпифиз, диафиз

15. Дополнительные образования суставов

а. синдесмозы, синхондрозы, синостозы, симфизы

б. периосты, гиалиновый хрящ, эпифиз, диафиз

в. диски, мениски, губы, внутрисуставной хрящ

г. эпифизарный хрящ, капсула, полость, синовиальную жидкость

16. К наиболее подвижным относятся суставы

а. седловидные

б. эллипсовидные

в. шаровидные

г. цилиндрические

17. Амплитуда движения в суставе зависит от

а. суставной капсулы

б. количества костей, образующих сустав

в. формы суставных поверхностей

г. количества связок

18. Одноосные суставы по форме

а. седловидный, цилиндрический

б. эллипсовидный, седловидный

в. шаровидный, плоский

г. блоковидный, цилиндрический

19. Двухосные суставы по форме

а. седловидный, цилиндрический

б. эллипсовидный, седловидный

в. шаровидный, плоский

г. блоковидный, цилиндрический

20. Многоосные суставы по форме

а. седловидный, цилиндрический

б. эллипсовидный, седловидный

в. шаровидный, плоский

г. блоковидный, цилиндрически

21. Движение свободной конечности вокруг фронтальной оси называется

а. супинация, пронация

б. отведение, приведение

в. сгибание, разгибание

г. циркумдукция

22. Движение свободной конечности вокруг сагиттальной оси называется

а. супинация, пронация

б. отведение, приведение

в. сгибание, разгибание

г. циркумдукция

23. Движение свободной конечности вокруг вертикальной оси называется

- а. супинация, пронация
- б. отведение, приведение
- в. сгибание, разгибание
- г. циркумдукция

24. Движение туловища вокруг вертикальной оси называется

- а. наклоны в сторону
- б. отведение, приведение
- в. сгибание, разгибание
- г. скручивание

25. Движение головы в атланто-осевом суставе вокруг вертикальной оси называется

- а. супинация, пронация
- б. наклоны в сторону
- в. повороты головы направо, налево
- г. циркумдукция

26. Скелет туловища образован

- а. позвоночником и поясом верхних конечностей
- б. позвоночным столбом и грудной клеткой
- в. позвоночником и поясом нижних конечностей
- г. позвоночным столбом и черепом

27. Истинными ребрами

- являются а. с 1 по 6
- б. с 1 по 7
- в. с 8 по 10
- г. с 8 по 12

28. Структурно-функциональной единицей кости является

- а. надкостница
- б. остеон
- в. ретикулярная ткань
- г. метафиз

29. Первые точки окостенения появляются в

- области а. проксимального эпифиза
- б. дистального эпифиза
- в. диафиза
- г. гиалинового хряща

30. Рост скелета и тела человека в целом обеспечивают соединения

- а. синдесмозы
- б. суставы
- в. синостозы
- г. синхондрозы

31. К осевому скелету относятся

- а. кости верхних и нижних конечностей

- б. ключица, грудина, крестец
- в. тазовый пояс, голень, суставы стопы
- г. позвоночный столб, грудная клетка

32. Позвоночный столб состоит из ... позвонков

- а. 14-16
- б. 32-34
- в. 38-40
- г. 42-44

33. Первый шейный позвонок называется

- а. осевой
- б. базилярный
- в. остистый
- г. атлант

34. Позвонки, не имеющие тела и остистого отростка,

- это а. I-й шейный
- б. III-й шейный
- в. XI-й грудной
- г. V-й поясничного

35. Позвонки, имеющие зуб называются

- а. остистый
- б. базилярный
- в. осевой
- г. атлант

36. Изгибы позвоночного столба, обращенные выпуклостью назад, называются

- а. лордозами
- б. сколиозами
- в. горбом
- г. кифозами

37. Самые длинные остистые отростки у позвонков ... отдела

- а. шейного
- б. грудного
- в. поясничного
- г. крестцового

38. В сагиттальной плоскости расположены остистые отростки позвонков ... отдела

- а. шейного
- б. грудного
- в. поясничного
- г. крестцового

39. Кость, состоящая из рукоятки, тела и мечевидного

- отростка а. грудина
- б. крестец
- в. копчик

- г. ключица
- 40. Длинная губчатая кость**
 - а. лучевая
 - б. тазовая
 - в. ребро
 - г. позвонок
- 41. Пояс верхней конечности активно двигается в ... суставе**
 - а. плечевом
 - б. грудино-ключичном
 - в. акромиально-ключичном
 - г. атлanto-затылочном
- 42. Переломы в области хирургической шейки чаще всего наблюдаются в ... кости**
 - а. локтевой
 - б. пястной
 - в. плечевой
 - г. бедренной
- 43. Ключовидный отросток есть у кости**
 - а. затылочной
 - б. лопатки
 - в. лучевой
 - г. височной
- 44. Ладьевидная, полулунная, трехгранная, гороховидная, кость-трапеция, трапецевидная, головчатая и крючковидная кости образуют**
 - а. предплюсну
 - б. пясть
 - в. плюсну
 - г. запястье
- 45. Форма запястно-пястного сустава первого пальца кисти и стопы**
 - а. шаровидная
 - б. блоковидная
 - в. цилиндрическая
 - г. седловидная
- 46. Движение предплечья внутрь называется а. ротация**
 - б. супинация
 - в. оппозиция
 - г. пронация
- 47. Вертлужная впадина образована телами костей а. надколенником, бедренной, большеберцовой б. клиновидной, слезной, решетчатой**
 - в. лопаткой, ключицей, грудиной
 - г. седалищной, лобковой, подвздошной
- 48. Медиальный мениск повреждается у... кости**
 - а. бедренной

- б. большеберцовой
- в. локтевой
- г. Малоберцовой

49. Кости мозгового отдела черепа

- а. подъязычная, нижняя челюсть, затылочная, теменные
- б. верхнечелюстные, сошник, височные, нижние носовые раковины, лобная
- в. лобная, затылочная, решетчатая, клиновидная, теменные, височные
- г. скуловые, носовые, слезные, решетчатая, клиновидная

50. Кости лицевого отдела черепа

- а. верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, нижние носовые раковины, сошник, подъязычная, нижняя челюсть
- б. лобная, решетчатая, клиновидная, височные, подъязычная, сошник, нижняя челюсть
- в. затылочная, небные, скуловые, носовые, слезные, клиновидная, нижние носовые раковины, сошник
- г. теменные, верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, сошник

51. Гипофиз лежит в турецком седле ... кости

- а. клиновидной
- б. решетчатой
- в. височной
- г. слезной

Вопросы для компьютерного тестирования по мышечной системе человека

1. По направлению мышечных волокон различают мышцы

- а. веретенообразные, косые, широкие
- б. сердечные, гладкие, поперечно-полосатые
- в. двубрюшные, двуглавые, сфинктеры
- г. двуперистые, одноперистые, сфинктеры

2. Основные части мышцы

- а. брюшко, сухожилия
- б. фасции, влагалища сухожилий
- в. синовиальные сумки, блоки мышц
- г. волокна, апоневрозы

3. Соединительно-ткаными чехлами мышц, названными Н.И.

Пироговым «мягким скелетом тела», являются

- а. мембраны
- б. апоневрозы
- в. фасции
- г. синовии

4. Мышечная ткань, сокращающаяся под действием воли человека

- а. скелетная поперечно-полосатая

- б. гладкая
 - в. сердечная поперечно-полосатая
 - г. висцеральная
- 5. Мимические мышцы прикрепляются к**
- а. лобной кости и костям лицевого черепа
 - б. височной кости и костям лицевого черепа
 - в. коже и костям лицевого черепа
 - г. коже
- 6. Скелетные мышцы построены из**
- а. гладкой мышечной ткани
 - б. соединительной ткани
 - в. поперечно-полосатой мышечной ткани
 - г. эпителиальной ткани
- 7. Структурно-функциональная единица гладкой мышечной ткани**
- а. веретенообразная клетка
 - б. многоядерное волокно
 - в. кардиомиоцит
 - г. фиброцит
- 8. Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются**
- а. антогонистами
 - б. двуглавыми
 - в. синергистами
 - г. гладкими
- 9. Мышца, лежащая под широчайшей мышцей спины**
- а. большая ромбовидная
 - б. мышца, поднимающая лопатку
 - в. трапецевидная
 - г. нижняя задняя зубчатая
- 10. Щель в нижнем отделе передней брюшной стенки, через которую проходит у мужчин семенной канатик, у женщин – круглая связка матки, образует**
- а. паховый канал
 - б. паховое кольцо
 - в. пупочное кольцо
 - г. лобковый симфиз
- 11. Мышца, начинающаяся на отростке лопатки и лежащая на передней поверхности плеча, называется**
- а. дельтовидная
 - б. подлопаточная
 - в. клювовидно-плечевая
 - г. двуглавая мышца плеча
- 12. Квадратный пронатор начинается**
- от а. медиального края локтевой кости
 - б. поперечных отростков шейных позвонков
 - в. медиального края лопатки

г. большого вертела бедренной кости

13. В отведении плеча

участвуют а. дельтовидная,
надостная б. подлопаточная,
подостная

в. клювовидно-плечевая, широчайшая

г. двуглавая мышца плеча, дельтовидная

14. В сгибании бедра участвуют

а. медиальная, промежуточная и латеральная широкие мышцы бедра,
прямая мышца бедра

б. близнецовые, грушевидная, квадратная мышца бедра,
полуперепончатая

в. двуглавая мышца бедра, полуперепончатая, полусухожильная,
большая приводящая

г. напрягатель широкой фасции бедра, прямая мышца бедра, под-
вздошно-поясничная, гребенчатая, портняжная

15. Мышца, разгибающая бедро и отводящая его, а также фиксирующая таз и туловище при напряженном стоянии, называется

а. малая ягодичная

б. средняя ягодичная

в. большая ягодичная

г. напрягатель широкой фасции бедра

16. В супинации голени

участвуют а. портняжная,
тонкая

б. медиальная головка икроножной, полусухожильная

в. латеральная головка икроножной, двуглавая мышца бедра

г. напрягатель широкой фасции бедра, портняжная

17. Мышца, участвующая в приведении и супинации

стопы а. короткая малоберцовая

б. передняя большеберцовая

в. длинная малоберцовая

г. третья малоберцовая

18. Мышцы, участвующие в отведении и пронации стопы

а. короткая и длинная малоберцовые

б. передняя и задняя большеберцовые

в. мышцы подошвенной поверхности стопы

г. мышцы тыльной поверхности стопы

19. Сократительный элемент мышечной ткани

а. сарколемма

б. эндомиоцит

в. ядра

г. миофибриллы

20. Белки миофибрилл -

это а. фибриноген,

фибрин б. альбумин,

глобулин

- в. актин, миозин
- г. гемоглобин, оксигемоглобин

Компьютерное тестирование по внутренним органам

1. **Учение о внутренних органах называется**
 - а. неврология
 - б. спланхнология
 - в. ангиология
 - г. пульмонология
2. **В состав микрофлоры пищеварительного тракта входят**
 - а. ферменты кишечного сока
 - б. кишечная палочка
 - в. соляная кислота
 - г. энтерокиназа
3. **Стенка полых внутренних органов состоит из оболочек**
 - а. рыхлой, волокнистой, серозной
 - б. гладкой, продольной, круговой
 - в. слизистой, мышечной, соединительнотканной
 - г. наружной, париетальной, висцеральной
4. **Сосочки языка, обладающие общей чувствительностью (тактильной, болевой, температурной)**
 - а. нитевидные
 - б. грибовидные
 - в. желобовидные
 - г. листовидные
5. **Лимфоидное кольцо Пирогова-Вальдейера находится перед входом в**
 - а. желудок
 - б. селезенку
 - в. печень
 - г. глотку
6. **Функция миндалин**
 - а. трофическая
 - б. защитная
 - в. респираторная
 - г. инкреторная
7. **Дыхательные и пищеварительные пути перекрещиваются в**
 - а. ротовой полости
 - б. глотке
 - в. зеве
 - г. хоанах
8. **Сосочки языка, в которых расположены рецепторы вкусового анализатора (горькое, сладкое, кислое, соленое)**
 - а. нитевидными, грибовидными, желобовидными

- б. конусовидными, листовидными, грибовидными
- в. грибовидными, желобовидными, листовидными
- г. листовидными, нитевидными, конусовидными

9. Самая крупная из слюнных желез, расположенная спереди от наружного уха и ее секрет

- а. подъязычная железа, вырабатывает белково-слизистый секрет
- б. поднижнечелюстная железа, вырабатывает белково-слизистый секрет
- в. одноклеточные железы слизистой оболочки рта, выделяют муцин
- г. околоушная железа, выделяет серозный секрет

10. К внутренним органам относятся органы

- а. эндокринной, пищеварительной, нервной систем
- б. сердечно-сосудистой, лимфатической, кровеносной систем
- в. легкие, сердце, почки, печень, желудок, сосуды
- г. пищеварительной, дыхательной, мочеполовой систем

11. Утолщенный циркулярный слой мышц в пищеварительном тракте образует

- а. заслонку
- б. фасцию
- в. брыжейку
- г. сфинктер

12. Орган, расположенный справа под диафрагмой

- а. селезенка
- б. желудок
- в. печень
- г. пищевод

13. Секрет пищеварительного тракта, предохраняющий от механических и химических воздействий

- а. ренин
- б. пепсин
- в. липаза
- г. муцин

14. Отделы тонкого кишечника

- а. тощая, сигмовидная, ободочная
- б. двенадцатиперстная, тощая, подвздошная
- в. сигмовидная, слепая, прямая
- г. слепая, ободочная, сигмовидная

15. Кишка, окружающая головку поджелудочной железы

- а. тощая
- б. слепая
- в. двенадцатиперстная
- г. ободочная

16. Протоки печени и поджелудочной железы, открываются в подслизистую оболочку ... кишки

- а. слепой
- б. сигмовидной

- в. двенадцатиперстной
- г. ободочной
- 17. **Фермент кишечного сока, расщепляющий жиры**
 - а. трипсиноген
 - б. амилаза
 - в. пепсиноген
 - г. липаза
- 18. **Отделы толстого кишечника**
 - а. слепая, ободочная, прямая
 - б. двенадцатиперстная, подвздошная, червеобразный отросток
 - в. подвздошная, тощая, восходящая ободочная
 - г. ободочная, сигмовидная, прямая
- 19. **Образование брюшины, переходящее с органа на орган**
 - а. связка
 - б. брыжейка
 - в. сальник
 - г. сальниковая лента
- 20. **Удвоение висцерального листка брюшины, фиксирующее орган на задней стенке брюшной полости**
 - а. брыжейка
 - б. свободная лента
 - в. связки
 - г. гаустры
- 21. **Клапан между тонким и толстым кишечником**
 - а. кардиальный
 - б. илеоцекальный
 - в. пилорический
 - г. сигмовидный
- 22. **Наружная оболочка пищевода**
 - а. фасция
 - б. брюшина
 - в. серозная
 - г. адвентиция
- 23. **К кривизнам желудка прикрепляются**
 - а. брыжейки
 - б. сальники
 - в. перикард
 - г. свободные ленты
- 24. **По всей длине толстого кишечника расположены ленты**
 - а. ободочная, сигмовидная, мышечная
 - б. восходящая, поперечная, нисходящая
 - в. свободная, брыжеечная, сальниковая
 - г. продольная, гладкая, мышечная
- 25. **Ленты толстого кишечника образованы ... слоем**
 - а. соединительнотканым

- б. серозным
 - в. продольным мышечным
 - г. циркулярным мышечным
26. **Воздухоносные пути выстланы ... эпителием**
- а. цилиндрическим
 - б. мерцательным
 - в. кубическим
 - г. плоским
27. **Хрящи передней поверхности гортани**
- а. черпаловидный, щитовидный
 - б. рожковидный, перстневидный
 - в. щитовидный, перстневидный
 - г. зерновидный, клиновидный
28. **Хрящ, пластины которого образует кадык в период полового созревания, называется**
- а. перстневидный
 - б. надгортанник
 - в. рожковидный
 - г. щитовидный
29. **Углубление между голосовыми складками образует**
- а. морганьевы желудочки
 - б. голосовую щель
 - в. ложные голосовые складки
 - г. межхрящевой треугольник
30. **Ворота легкого располагаются на поверхности**
- а. медиальной
 - б. диафрагмальной
 - в. реберной
 - г. латеральной
31. **Структурно-функциональная единица легкого**
- а. альвеола
 - б. сегмент
 - в. доля
 - г. ацинус
32. **В ворота легкого входят**
- а. воротная вена с артериальной кровью
 - б. легочная артерия с венозной кровью
 - в. легочная вена с артериальной кровью
 - г. легочная артерия с артериальной кровью
33. **Дыхательный объем легких включает**
- а. количество вдыхаемого и выдыхаемого в покое воздуха
 - б. количеств остающегося в легких воздуха после максимального выдоха
 - в. наибольшее количество воздуха, выдыхаемого после максимального вдоха
 - г. количество воздуха, содержащееся в легких при максимальном вдохе

- 34. Стенка альвеолы образована**
- а. мерцательным эпителием
 - б. однослойным плоским эпителием
 - в. эндотелием
 - г. мезотелием
- 35. Серое вещество продолговатого мозга, регулирующее функции дыхательной системы**
- а. двигательным центром
 - б. мотонейроном
 - в. синапсом
 - г. дыхательным центром
- 36. Корень легкого образуют**
- а. аорта и воротная вена
 - б. трахея и альвеолы
 - в. главный бронх, сосуды и нервы
 - г. верхняя полая вена и легочные вены
- 37. Легочный газообмен происходит между**
- а. альвеолами и капиллярами
 - б. альвеолами и венами
 - в. бронхиолами и артериями
 - г. лимфой и кровью
- 38. Система, выделяющая продукты обмена веществ из организма**
- а. эндокринная
 - б. мочевая
 - в. пищеварительная
 - г. дыхательная
- 39. Оболочки почки**
- а. серозная, слизистая, мышечная
 - б. почечная фасция, жировая и фиброзная капсулы
 - в. гладкомышечная, соединительнотканная, эпителиальная
 - г. ретикулярная, адвентициальная, паренхима
- 40. Наружный слой почки**
- а. корковый
 - б. мозговой
 - в. паренхиматозный
 - г. жировой
- 41. Моча в почке образуется из**
- а. форменных элементов крови
 - б. венозной крови
 - в. плазмы крови
 - г. воды
- 42. Первичная моча образуется в**
- а. извитых канальцах первого порядка
 - б. почечном тельце

- в. петле Генле
- г. почечных чашечках
- 43. Структурно-функциональная единица почки**
 - а. собирательные почечные трубочки
 - б. почечные чашечки
 - в. петля Генле
 - г. нефрон
- 44. Барьерная функция печени - это**
 - а. фагоцитоз
 - б. защитный синтез
 - в. гемопоэз
 - г. фильтрация ядовитых веществ
- 45. В печень входит**
 - а. печеночная артерия и воротная вена
 - б. нижняя полая вена
 - в. чревный ствол
 - г. верхняя полая вена
- 46. Желчь образуется в**
 - а. желчном пузыре
 - б. двенадцатиперстной кишке
 - в. гепатоцитах
 - г. поджелудочной железе
- 47. Из ворот печени выходит**
 - а. пузырной проток
 - б. желчный проток
 - в. печеночная вена
 - г. общий печеночный проток
- 48. Поджелудочная железа вырабатывает**
 - а. муцин и ферменты
 - б. пепсиноген и глюкагон
 - в. ферменты и гормоны
 - г. инсулин и энтерокиназу
- 49. Функции поджелудочной железы**
 - а. защитная и кроветворная
 - б. экзокринная и ферментативная
 - в. эндокринная и экзокринная
 - г. фагоцитоз и эритропоэз
- 50. Ворота печени находятся в борозде**
 - а. правой продольной
 - б. поперечной
 - в. левой продольной
 - г. серповидной
- 51. Кровеносная система печеночной долики называется сетью**
 - а. чудесной артериальной

- б. желчных протоков
- в. чудесной венозной
- г. воротной сетью

Компьютерное тестирование по сердечно-сосудистой

системе 1.Наука, изучающая сосудистую систему

- а. кардиология
- б. артрология
- в. ангиология
- г. валеология

2.В сердце входят

- а. верхняя полая вена и легочный ствол
- б. четыре легочные вены и аорта
- в. легочный ствол и нижняя полая вена
- г. четыре легочные вены и полые вены

3.В состав всех слоев стенки артерии входят

- а. коллагеновые волокна
- б. эластические волокна
- в. поперечнополосатая ткань
- г. фиброзные кольца

4.Малый круг кровообращения начинается в

- а. правом желудочке артерией с венозной кровью
- б. правом желудочке веной с венозной кровью
- в. левом желудочке аортой
- г. левом желудочке нижней полый веной

5.Двустворчатый (митральный) клапан расположен между

- а. левым желудочком и правым желудочком
- б. правым предсердием и правым желудочком.
- в. левым предсердием и правым предсердием
- г. левым предсердием и левым желудочком

6.Внутренний слой сердца

- а. миокард
- б. эндокард
- в. эпикард
- г. перикард

7.Между мышечными слоями предсердий и желудочков расположены

- а. сухожильные хорды
- б. перегородки
- в. фиброзные кольца
- г. клапаны

8.Перикард - это

- а. клапан сердца
- б. околосердечная сумка
- в. проводящая система сердца

- г. средний слой сердца
- 9. Обратному току крови по венам препятствуют**
 - а. проводящая система
 - б. фиброзные кольца
 - в. вставочные диски
 - г. клапаны
- 10. Вены несут венозную кровь в**
 - а. левое предсердие
 - б. левый желудочек
 - в. правый желудочек
 - г. правое предсердие
- 11. Легочные вены несут артериальную кровь**
 - в а. правое предсердие
 - б. левое предсердие
 - в. левый желудочек
 - г. правый желудочек
- 12. Из правого желудочка выходит**
 - а. аорта
 - б. легочный ствол
 - в. нижняя полая вена
 - г. правая легочная вена
- 13. Одна из функций малого круга кровообращения а. поддержание постоянной температуры тела**
 - б. тканевой газообмен
 - в. легочный газообмен
 - г. выведение продуктов обмена веществ
- 14. От дуги аорты отходят**
 - а. десять пар межреберных артерий
 - б. венечные артерии
 - в. плечеголовной ствол, левая общая сонная и левая подлючичная артерии
 - г. позвоночная и внутренняя грудная артерии
- 15. Самая крупная артерия а. легочный ствол**
 - б. общая сонная артерия
 - в. аорта
 - г. плечеголовной ствол
- 16. Крупные артерии, кровоснабжающие головной мозг а. щито-шейный ствол и внутренняя сонная**
 - б. поперечная артерия шеи и венечная
 - в. наружная сонная и менингеальная
 - г. внутренняя сонная и позвоночная
- 17. Непарные органы брюшной полости кровоснабжаются артериями а. диафрагмальной, срединной крестцовой, печеночной**
 - б. щито-шейным стволом, базилярной, надчревной

в. надпочечной, яичковой, маточной

г. чревным стволом, верхней брыжеечной и нижней брыжеечной

18. Кровеносные сосуды, имеющие в стенке больше эластических волокон

а. магистральные

б. легочные вены

в. внутриорганные

г. присердечные

19. Самая крупная

вена а. верхняя

полая б. непарная

в. воротная

г. нижняя полая

20. Вена, собирающая кровь от непарных органов брюшной

полости а. яремная

б. воротная

в. парная

г. полунепарная

21. Кровь от головного мозга собирается в ... вену

а. наружную яремную

б. плечеголовную

в. воротную

г. внутреннюю яремную

22. Воротная вена собирает кровь от всех непарных органов брюшной полости, за исключением

а. селезенки

б. печени

в. поджелудочной железы

г. желудка

23. Лимфатический проток, открывающийся в левый венозный

угол а. правый

б. левый

в. магистральный

г. грудной

24. При слиянии лимфатических капилляров

образуются а. лимфатические протоки

б. лимфатические узлы

в. лимфатические сосуды

г. лимфатические стволы

25. Биологические фильтры иммунной системы

а. лимфатические узлы

б. лимфатические протоки

в. лимфатические сосуды

г. лимфатические капилляры

26. Орган иммуногенеза

- а. печень
- б. селезенка
- в. поджелудочная железа
- г. надпочечник

27. Месторасположение тимуса

- а. костномозговые полости
- б. в левом подреберье
- в. позади рукоятки грудины
- г. в турецком седле

28. Стволовые клетки красного костного мозга участвуют в

- а. гемопоэзе
- б. фагоцитозе
- в. гомеостазе
- г. тромбоцитозе

29. Селезенка расположена

- а. в правом подреберье
- б. над диафрагмой
- в. за сердцем
- г. в левом подреберье

**Компьютерное тестирование по анатомии органов и систем
регулирующих и управления двигательной деятельностью человека**

1. Железы смешанной

- секреции**
- а. щитовидная, гипофиз
 - б. гипоталамус, эпифиз
 - в. поджелудочная, половые
 - г. паращитовидные, надпочечники

2. Эндокринная железа, управляющей работой всех желез внутренней секреции

- а. щитовидная
- б. гипофиз
- в. вилочковая
- г. Поджелудочная

3. Гормоны гипофиза, регулирующие работу эндокринных желез

- а. андрогены
- б. альдостерон
- в. соматомедины
- г. тропные

4. Железа, синтезирующая органические вещества, содержащие

- йод**
- а. вилочковая
 - б. гипофиз
 - в. щитовидная
 - г. эпифиз

5. Мужские половые гормоны -

- а. эстрогены
- б. адреналин
- в. андрогены
- г. липокаин

6. Гормоны, регулирующие пигментный обмен

- а. мелатонин
- б. соматотропин
- в. тимозин
- г. катехоламин

7. Сахарный диабет наблюдается при недостаточной функции ... железы

- а. поджелудочной
- б. паращитовидной
- в. вилочковой
- г. щитовидной

8. Гиперфункция паращитовидных желез приводит к

- а. гигантизму
- б. гипогликемическому шоку
- в. появлению эндокринного зоба
- г. отложению кальция в сосудах и почках

9. Щитовидная железа расположена

- а. на передней поверхности шеи спереди гортани
- б. забрюшинно в толще околопочечного жирового тела
- в. в верхней части переднего средостения
- г. в гипофизарной ямке турецкого седла

10. Эпифиз

расположен а. у

ворот печени

- б. в гипофизарной ямке турецкого седла
- в. между верхними холмиками четверохолмия
- г. позади грудины

11. Гормон поджелудочной железы, регулирующий содержание сахара в крови

- а. адреналин
- б. тироксин
- в. тропный
- г. инсулин

12. Нервная ткань состоит из

- а. нейроцитов и нейронов
- б. нервных волокон и параганглиев
- в. нервных клеток и клеток нейроглии
- г. актина и тропонина

13. Нейрон состоит из

- а. нейроглии и волокон
- б. аксонов и дендрита
- в. дендритов, тела, аксона
- г. нейрофиламентов и нейрофибрилл

- 14. Отростки, собирающие информацию и несущие ее к телу клетки**
а. аксоны
б. дендриты
в. нейриты
г. нейроглия
- 15. Классификация нервных клеток по функции**
а. афферентные, эфферентные, вставочные
б. чувствительные, сенсорные, рецепторные
в. эфферентные, вегетативные, исполнительные
г. ассоциативные, комиссуральные, контактные
- 16. Чувствительная информация от рецепторов трансформируется в нервный импульс в ...**
а. передних рогах спинного мозга
б. спинно-мозговом узле
в. боковых рогах спинного мозга
г. задних рогах спинного мозга
- 17. Нервные пути, передающие нервные импульсы от ЦНС к рабочим органам (мышцам, железам)**
а. сенсорными
б. рецепторными
в. эфферентными
г. афферентными
- 18. Цепь нейронов, являющаяся материальной основой рефлекса**
а. белое вещество
б. серое вещество спинного мозга
в. спинно-мозговой узел
г. рефлекторная дуга
- 19. Экстрапирамидная система начинается от ... ядра**
а. зубчатого
б. красного
в. шатрового
г. хвостатого
- 20. Борозда конечного мозга, в которой расположен зрительный анализатор**
а. теменно-затылочная
б. парагиппокампальная
в. шпорная
г. поясная
- 21. Двигательный анализатор локализован в извилине**
а. верхней лобной
б. прецентральной
в. верхней теменной
г. средней височной
- 22. Локализация коркового центра общей чувствительности**
а. постцентральная извилина

- б. средняя лобная извилина
- в. теменная доля
- г. шпорная борозда

23. Место локализации миндалевидного тела -

- а. гипоталамус
- б. продолговатый мозг
- в. мозжечок
- г. базальные ядра

24. Ассоциативные нервные волокна соединяют

- а. правое и левое полушария конечного мозга
- б. полушария конечного мозга с мозжечком
- в. участки одной доли мозга
- г. таламус и кору полушарий

25. Крупным подкорковым чувствительным центром промежуточного мозга является

- а. гипоталамус
- б. эпителиум
- в. таламус
- г. метаталамус

26. В области переднего крючка парагиппокампальной извилины височной доли мозга расположен анализатор

- а. чувствительный
- б. двигательный
- в. зрительный
- г. обонятельный

27. В затылочной доле полушария, по краям шпорной борозды помещается анализатор

- а. зрительный
- б. вкусовой
- в. двигательный
- г. чувствительный

28. Двигательный анализатор сложно-координированных движений находится в

- а. нижней теменной доле
- б. верхней теменной доле
- в. нижней лобной извилине
- г. верхней височной извилине

29. Функции чувствительных нейронов заключаются в передаче

- а. нервных импульсов мышцам
- б. с нейрона на нейрон в головном мозге
- в. информации от органов в мозг
- г. информации из мозга к органам

30. Тело вставочного нейрона расположено в ... спинного мозга

- а. передних рогах
- б. боковых рогах

- в. центре серого вещества
 - г. задних рогах
- 31. Функция двигательного нейрона заключается в передаче**
- а. информации от внутренних органов в мозг
 - б. с нейрона на нейрон в головном мозге
 - в. нервных импульсов к симпатическому стволу
 - г. нервных импульсов к железам и мышцам
- 32. Вспомогательным аппаратом глаза являются**
- а. желтое пятно, сетчатка, радужка
 - б. роговица, ресничное тело, склера
 - в. конъюнктивa, мышцы, слезный аппарат, веки
 - г. радужка, склера, зрительный нерв, пигментный эпителий
- 33. Способность различать цвета и их оттенки обеспечивают**
- а. колбочки
 - б. ниточки
 - в. палочки
 - г. волоски
- 34. Световые раздражения воспринимают**
- а. колбочки
 - б. ниточки
 - в. палочки
 - г. волоски
- 35. Приспособление глаза к наилучшему видению на близком и далеком расстоянии**
- а. дальноркость
 - б. близорукость
 - в. миопия
 - г. аккомодация
- 36. Барабанная перепонка служит границей между**
- а. средним ухом и внутренним
 - б. внутренним и носоглоткой
 - в. спиральным каналом и перепончатым лабиринтом
 - г. средним и носоглоткой
- 37. Слуховые ощущения возникают**
- в а. нижней лобной извилине
 - б. центральной борозде
 - в. затылочной борозде
 - г. верхней височной извилине
- 38. Орган обоняния находится в слизистой оболочке**
- а. парагиппокампальной извилины
 - б. верхней носовой раковины
 - в. обонятельной луковицы
 - г. спирального органа
- 39. Химические раздражения от вкусовых почек сосочков языка проводятся в виде импульсов по волокнам нервов**

- а. лицевого и языкоглоточного
- б. тройничного и подбородочно-подъязычного
- в. вкусового и носоресничного
- г. блокового и нижнечелюстной

40. Появление загара объясняется скоплением в клетках глубокого слоя эпидермиса пигмента

- а. меланина
- б. тироксина
- в. паратирина
- г. фолликулина

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека : [с основами динам. и спорт. морфологии]: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк [и др.]; М.Ф. Иваницкий .– 16-е изд. – Москва : Спорт, 2022 .– 625 с. : ил. – ISBN 978-5-907225-77-0 .– URL: <https://lib.rucont.ru/efd/776825>
2. Дроздова, М. В. Анатомия человека : полный курс к экзамену : учебное пособие : [16+] / М.В. Дроздова ; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 351 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578402>
3. Динамическая анатомия [Электронный ресурс]: Методические рекомендации / Савостьянова Е.Б., Силаева Л.В., Савченко Е.Л., Титова Е.П. – М.: РГУФКСМиТ, 2014.– 19 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/301924/info>
4. Замараев, В.А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для вузов / В.А. Замараев, Е.З. Година, Д.Б. Никитюк. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 353с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-18057-2. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/534212>

б) Дополнительная литература:

1. Ермоленко, Е.К. Функциональная анатомия опорно-двигательного аппарата человека : [учебник] / Т.Г. Гричанова; Е.К. Ермоленко .– Москва : Советский спорт, 2021 .– 750 с. : ил. – ISBN 978-5-00129-091-9 .– URL: <https://lib.rucont.ru/efd/713607>

2. Мышечная система [Электронный ресурс] : сб. контрол. заданий и тестов по дисциплине "Анатомия человека" для студентов, обучающихся по направлениям подгот. 49.03.01, 49.03.03, 44.03.01 : утв. и рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Титова Е.П. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=256487&DocQuerID=11515855&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=9008467>
3. Система обеспечения, регулирования и управления двигательной функцией человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие по дисциплине "Анатомия человека" : направление подгот. 49.03.01, 49.03.02, 49.03.03, 44.03.01, 51.03.05 : утв. и рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Савостьянова Е.Ю. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2017. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=281810&DocQuerID=11515859&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Эндокринная система [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, изучающих анатомию человека по направлениям подгот. 49.03.04, 49.03.01, 49.03.03, 49.03.02, 44.03.01 : утв. и рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост.: Савченко Е.Л., Силаева Л.В., Савостьянова Е.Б. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма", Каф. анатомии и биол. антропологии. - М., 2022. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=352632&DocQuerID=11515861&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Савостьянова, Е.Б. Тесты по анатомии человека [Электронный ресурс]: Учебное пособие для студентов РГУФКСМиТ / Е.Б. Савостьянова, Е.Л. Савченко, Л.В. Силаева. – М. : РГУФКСМиТ, 2009 .– 45 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/202896/info>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://lms.sportedu.ru/course/view.php?id=51>

2. <http://www.dic.academic.ru>; [Атлас анатомии человека \(academic.ru\)](http://www.dic.academic.ru)

3. Федеральный портал «Российское образование» <https://edu.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) Операционная система – Microsoft Windows 10;

2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).

2. [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

3. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

4. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).

3. Большая Медицинская Энциклопедия (<https://xn--90aw5c.xn--c1avg/>)

4. Медицинская энциклопедия (https://gufo.me/dict/medical_encyclopedia?)

5. Спортивная медицина – электронные медицинские книги (<https://www.sportmedicine.ru/books.php>)

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru <http://elibrary.ru/>

7. МедУнивер - MedUniver.com (<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>)

8. База знаний по биологии человека (<http://humbio.ru>)

9. Электронная библиотечная система «Консультант студента»

(<https://www.studentlibrary.ru>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Анатомия и физиология – Медицинская библиотека (<http://www.nedug.ru/library>)
3. Академик (Словари и энциклопедии на академике)https://anatomy_atlas.academic.ru/
4. Национальная электронная библиотека, раздел «Анатомия человека»<https://rusneb.ru/>

1. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Компьютерный класс с подключением к сети Internet, мультимедиа-проектор; анатомический музей; таблицы; микроскопы, гистологические препараты.

129 – библиотека кафедры – микроскопы монокулярные 4 шт. и микроскоп бинокулярный;

130 – анатомический музей – натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты. Используется для занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и ноутбуком;

132-134 – препараторская и хранилище для анатомических препаратов;

144 –методический кабинет – компьютер, анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; динамометры, медицинские весы;

146 – лаборантская комната – наборы таблиц;

131,135,143,151,153,154 – секционные залы, учебные аудитории – доски аудиторные, парты, наборы таблиц, муляжи, барельефы, в 143, 151 и 154 проекторы и экраны, для мультимедийного сопровождения

лабораторных занятий;

152 – гистологическая лаборатория;

149 – кабинет компьютерной техники – 2 компьютера;

150a – компьютерный кабинет – 8 компьютеров, телевизор, плантограф, ноутбуки, комплект антропометрических инструментов;

162 – лекционная аудитория на 120 мест – проектор, рабочие место.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА» для обучающихся института туризма , рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилю Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Анатомии и биологической антропологии.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры.

Форма промежуточной аттестации на очной и заочной форме:
зачет в 1 семестре и экзамен во 2 семестре.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

I семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Скелет верхней и нижней конечностей	4-5 недели	15
2	Скелет туловища и головы	7-8 недели	15
3	Мышцы туловища и головы	10 недели	10
4	Мышцы верхней и нижней конечностей	12-13 недели	20
5	Динамическая анатомия (контрольная работа)	15недели	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	ЗАЧЕТ		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в первом семестре

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Опорно-	5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>двигательный аппарат человека»: «Этапы остеогенеза»</i>	
3	<i>Выступление на семинаре «Анатомия на живом». Студент рассказывает об основных движениях в своем виде спорта, показывает на натурщике места прикрепления и расположения мышц, совершающих различные движения, работу этих мышц и оси, вокруг которых совершаются эти движения.</i>	5
4	<i>Подготовка доклада «Строение и функции брюшного пресса и диафрагмы»</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название) по разделу «Опорно-двигательный аппарат человека»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Влияние активных двигательных режимов на изменения в скелете спортсменов»</i>	10
7	<i>Презентация по теме «Строение и функция разных видов мышечной ткани. Гиперплазия и гипертрофия»</i>	5

2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Внутренние органы</i>	28-29	15
2	<i>Сосудистая система</i>	32	15
3	<i>Центральная нервная система</i>	35	15
4	<i>Периферическая нервная система</i>	38	15
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

***При сдаче микрозачетов и контрольной работы студент отвечает на вопросы лекционного курса по данной теме.**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия во втором семестре

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Сердечно-сосудистая система»: «Строение аорты и области ее кровоснабжения»</i>	5

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

3	<i>Выступление на семинаре «Железы пищеварительной системы». Студент рассказывает о строении, местоположении и функциях печени</i>	5
4	<i>Подготовка доклада «Нервно-гуморальная регуляция работы сердца»</i>	5
5	<i>Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название) «Отделы головного мозга и их основные функции»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Физиологические механизмы пищеварения»</i>	10
7	<i>Презентация по теме «Рефлекторный принцип регуляции двигательной деятельности человека. Физиологические механизмы образования условных рефлексов»</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

■ Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости в форме зачета

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра анатомии и биологической антропологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.0.11 Анатомия человека»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»**
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6** зачетных единиц – **216** академических часов.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): *1 и 2 семестр.*

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Цель курса – создать у студентов целостное представление о строении и функционировании организма и о его адаптации в процессе систематических занятий физической культурой и спортом.

Медико-биологическая грамотность в сфере физической культуры и спорта обеспечивает специалистов возможностью: совершенствовать процессы двигательных умений, процессы развития физических качеств, избегая предпатологических и патологических изменений в организме человека; возможностью оценивать и прогнозировать функциональное состояние человека; определять и затем избегать неточности в выполнении технически сложных физических упражнений с учетом возраста, пола и физического развития организма, а также с учетом возможных отклонений в состоянии здоровья занимающегося.

При изучении анатомии человека ставятся следующие задачи.

Заложить логически обоснованную и упорядоченную систему знаний о важных и наиболее общих закономерностях строения организма человека. На основе этих знаний сформировать естественно-научный тип мировоззрения и мышления, обеспечить навык самостоятельного решения задач в профессиональной деятельности.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК - 4	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	1	1
ОПК - 4.1	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений;	2	2
ОПК - 4.3	Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, динамометрию, методы антропометрии, гониометрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности	2	2
ОПК- 4.4	Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений;	2	2

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр Занятия лекционного	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточ ной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарског	Самостоятел ьная работа	Контроль	
I семестр						
Введение в анатомию. Общетеоретические основы функциональной анатомии		I	2			
Раздел I. Анатомия органов систем исполнения движения человека		1				

1.1	Остеология	1	2	8	10		
1.1.1	Возрастная и функциональная анатомия костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	1	2		2		
1.1.2	Кости черепа	1		2	2		
1.1.3	Кости туловища	1		2	2		
1.1.4	Кости верхней конечности	1		2	2		
1.1.5	Кости нижней конечности	1		2	2		
1.2	Артрология	1	2	12	18		
1.2.1	Возрастная и функциональная анатомия соединений костей. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	1	2				
1.2.2	Соединения костей черепа	1		2			
1.2.3	Соединения костей туловища	1		2	2		
1.2.4	Соединение костей верхней конечности	1		4	8		
1.2.5	Соединения костей нижней конечности	1		4	8		
1.3	Миология	1	6	8	20		
1.3.1	Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	1	2				
1.3.2	Мышцы шеи и головы	1		2			
1.3.3	Мышцы туловища	1					
	а) мышцы, обеспечивающие движения туловища; б) дыхательные мышцы	1	2	2	8		
1.3.4	Мышцы верхней конечности: движение пояса и свободной верхней конечности	1		2	6		
1.3.5	Мышцы нижней конечности: движения бедра, голени и стопы	1		2	6		

1.3.6	Морфокинезиологический анализ работы конечностей	1	2				
Раздел II. Динамическая анатомия		1	4	2	14		
2.1.	Динамическая анатомия положений и движений тела человека	1	2		2		
2.2.	Динамическая анатомия циклических и ациклических движений тела	1	2		2		
2.3.	Динамическая анатомия вращательных движений тела	1		2			
2.4.	Смещаемость внутренних органов человека при изменении положений тела в пространстве	1			10		
Итого 1 семестр: 108			16	30	62		зачет
II СЕМЕСТР							
Раздел III. Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека		II	6	20	16		
3.1.	Внутренние органы	2	2		2		
3.1.1.	Пищеварительная система	2	2				
	а) пищеварительная тракт	2		2	2		
	б) пищеварительный железы	2		2	2		
3.1.2.	Дыхательная система	2		2			
3.1.3.	Мочевые органы	2		2			
3.1.4.	Половые органы	2		2			
3.2.	Сердечно-сосудистая система	2	2				
3.2.1.	Строение сердца	2		2	2		
3.2.2.	Сосуды большого круга кровообращения	2					
	а) строение аорты и область её кровоснабжение	2		4	4		
	б) пути оттока	2		2	2		
3.3	Лимфатическая система	2					
5.2.4	Лимфатические сосуды,			2	2		

	узлы и органы иммуногенеза						
Раздел IV. Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека		2	6	16	35		
4.1.	Эндокринная система	2		2			
4.2.	Нервная система	2	2				
4.2.1.	Центральная нервная система (ЦНС)	2					
	а) спинной мозг	2		4	6		
	б) стволловая часть головного мозга	2		4	9		
	в) конечный мозг	2		2	4		
4.2.2.	Проводящие пути центральной нервной системы	2	2				
	а) чувствительные пути	2			2		
	б) двигательные пути	2			2		
4.2.3.	Периферическая нервная система	2	2				
	а) черепные нервы	2		2	4		
	б) спинномозговые нервы	2		2	4		
4.2.4.	Вегетативная нервная система	2			2		
4.2.5	Органы чувств	2			2		
Итого часов 2 семестр: 108			12	36	51		
Форма промежуточной аттестации		2				9	Экзамен
Итого часов: 216			28	66	113	9	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятел ьная работа	Контроль	
I семестр							

1.1	Остеология	I					
1.1.1	Возрастная и функциональная анатомия костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	1	2		4		
1.1.2	Кости верхней и нижней конечностей и туловища	1			16		
1.2	Артрология	1					
1.2.1	Возрастная и функциональная анатомия соединений костей. Адаптация соединений костей к физическим нагрузкам	1		2	10		
1.2.2	Соединение костей черепа, туловища, верхней и нижней конечностей	1		2	16		
1.3	Миология	1					
1.3.1	Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам	1		2	4		
1.3.2	Мышцы туловища и головы	1			10		
1.3.3	Мышцы верхней и нижней конечности	1		2	16		
1.3.2	Морфокинезиологический анализ работы конечностей	1			4		
Раздел II Динамическая анатомия		1					
2.1	Динамическая анатомия положений и движений тела человека	1			18		
Итого за 1 семестр: 108			2	8	98		Зачет
2-й семестр							
Раздел III Анатомия органов систем обеспечения двигательной деятельности человека		2					
3.1	Внутренние органы	2		4	28		
3.2	Сосудистая система	2		2	28		

Раздел IV Анатомия органов систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека	2	2	2	33		
Форма промежуточной аттестации					9	Экзамен
Итого за 2 семестр: 108		2	8	89	9	Экзамен
Итого часов: 216		4	16	187	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»**



Институт Гуманитарный

Кафедра психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.12 Психология»

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

Профиль подготовки «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины
«Психология»
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института Гуманитарного
Протокол № 1 от «26» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины
«Психология»
обновлена на основании решения
заседания кафедры психология
Протокол № 32 от « 18» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины
«Психология»
обновлена на
основании решения заседания
кафедры психологии, философии
и социологии
Протокол №3 от «11» сентября 2024 г.

Составитель: Москвин Виктор Анатольевич - доктор психологических наук,
профессор кафедры психологии

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Психология» является: формирование у бакалавров общих представлений о психологии, как интегративной науке, находящейся на стыке медико-биологических, психолого-педагогических и лингвистических наук; формирование основополагающих знаний в области научно-теоретических и научно-методических аспектов психологии, являющихся базой для более глубокого изучения основных разделов данной дисциплины.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Психология» относится к обязательной части учебной программы.

Изучение дисциплины «Психология» начинается уже после изучения дисциплин «История физической культуры и спорта», «Философия», «История (история России, всеобщая история)», «Анатомия человека», «Социальная защита инвалидов» и продолжается при изучении следующих дисциплин «Общая патология и тератология», «Частная патология», «Методика преподавания спортивных игр», «Возрастная психопатология с основами психотерапии» и другие дисциплины.

Достижение требуемого уровня знаний и умений обеспечивается путём проведения различных видов занятий, также ознакомительной практики, организационной практики, педагогической практики, профессионально-ориентированной практики, преддипломной практики, а также государственным итоговым экзаменом.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	2 сем.		2 сем.

УК-6.1	Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования	2 сем.		2 сем.
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности	2 сем.		2 сем.
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.	2 сем.		2 сем.
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.1	Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.2	Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно- нравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально- осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной	2 сем.		2 сем.

	ситуации и/или неблагоприятных условиях;			
ОПК-5.3	Умеет: - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.4	Имеет опыт подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.5	Имеет опыт: - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	2 сем.		2 сем.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины «Психология» составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Предмет и объект психологии как самостоятельной науки.	2	1	2	4		
2	Тема 2. Общее представление о психике и сознании человека. Биологическая основа психики человека.	2	1	2	4		
3	Тема 3. Основные формы отражения психики и их взаимосвязь.	2	1	2	4		
4	Тема 4. Индивидуально-психологические особенности человека.	2	1	2	4		
5	Тема 5. Категория личности в психологии. Мотивационно-потребностная сфера личности. Направленность личности.	2	1	2	4		
6	Тема 6. Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное общение.	2	1	2	4		
7	Тема 7. Социально-психологический климат группы, пути его регуляции.	2	1	2	4		
8	Тема 8. Конфликты в группе, их последствия и технология разрешения.	2	1	4	9		
Итого часов: 72			8	18	37	9	экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Тема 1. Предмет и объект психологии как самостоятельной науки.	2	2	2	7		
2	Тема 2. Общее представление о психике и сознании человека. Биологическая основа психики человека.	2			7		
3	Тема 3. Основные формы отражения психики и их взаимосвязь.	2			7		
4	Тема 4. Индивидуально-психологические особенности человека.	2			7		
5	Тема 5. Категория личности в психологии. Мотивационно-потребностная сфера личности. Направленность личности.	2		2	7		
6	Тема 6. Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное общение.	2			7		
7	Тема 7. Социально-психологический климат группы, пути его регуляции.	2			7		
8	Тема 8. Конфликты в группе, их последствия и технология разрешения.	2			8		
Итого часов: 72		2	4	57	9	экзамен	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Психология».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Психология» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Психология».

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Психология».

Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Психология»

1. Предмет и задачи психологии.
2. Современная практическая психология: основные направления и задачи.

3. Понятие о психологическом консультировании, психокоррекции, психотерапии.

4. Организационные методы, их роль и место в психологическом исследовании. Эмпирические методы психологического исследования.

5. Виды эмпирических методов, их характеристика.

6. Обсервационные методы в психологии.

7. Экспериментальные методы в психологическом исследовании.

8. Психодиагностические методы исследования в психологии.

9. Понятие о психике. Структура психики человека.

10. Психические процессы, их место в структуре психики.

11. Понятие о познавательных психических процессах.

12. Память как познавательный психический процесс.

13. Аналитико-синтетический характер мыслительной деятельности.

14. Внимание как познавательный психический процесс деятельности.

15. Виды мышления.

16. Речь как познавательный психический процесс.

17. Понятие о регулятивных психических процессах.

18. Эмоции как регулятивный психический процесс.

19. Стресс и аффект как психоэмоциональные состояния личности.

20. Фрустрация как особое психоэмоциональное состояние личности.

21. Чувства и потребности личности.

22. Проблема личности в психологии и педагогике.

23. Психолого-педагогические закономерности формирования личности.

24. Активность личности и ее источники.

25. Социализации личности.

26. Личность как объект и субъект управления.

27. Личность руководителя.

28. Темперамент как индивидуально-психологическая особенность личности и его свойства.

29. Психолого-педагогические основы воспитания характера.

30. Понятие о группах и коллективах в психологии и педагогике.

31. Малая группа как объект психолого-педагогического анализа.

32. Психология межличностных отношений.

33. Проблема психологии общения.

34. Общение как социально-психологическое явление.

35. Виды общения, их сущность и основные характеристики.

36. Психологические особенности делового и управленческого общения.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

А) Основная литература:

1. Психология [Электронный ресурс] / Н.Е. Есманская .— Воронеж: издательский дом ВГУ, 2016 .— 81 с. — 81 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/635585>

2. Немов, Р. С. Психология : учебник : в 3 книгах : [16+] / Р. С. Немов. – Москва : Владос, 2023. – Книга 1. Общие основы психологии. – 689 с. : табл., схем. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701700_

Б) Дополнительная литература:

3. Андреева, Г.М. Социальная психология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" : рек. М-вом образования РФ / Г.М. Андреева. - 5-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект пресс, 2009. - 265 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=185402&DocQuerID=11515871&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Психология" (030301), "Менеджмент орг." (080507), "Упр. персоналом" (080505) : рек. УМЦ "Проф. учеб." / Г.Х. Бакирова. - М.: Юнити, 2009. - 439 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184697&DocQuerID=11515872&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Бекоева, Д.Д. Практическая психология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Психология" и психолог. специальностям : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Д.Д. Бекоева. - М.: Academia, 2009. - 191 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184434&DocQuerID=11515877&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Эксакусто, Т.В. Основы психологии делового общения [Электронный ресурс] : [учеб. пособие] / Южный федеральный ун-т, Т.В. Эксакусто. — Ростов н/Д. : Изд-во ЮФУ, 2015. — 162 с. : ил. — ISBN 978-5-9275-1712-1. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/637219>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии».

<http://www.psychology-online.net/> - электронная библиотека по психологии.

<http://flogiston.ru/library> - электронная библиотека по психологии.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные

справочные системы:

- Электронные библиотечные системы:

1. Электронная библиотечная система «Рукопт» - <https://lib.rucont.ru/>
2. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

- Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные и справочные системы:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru>
3. Сайт научного журнала «Методология и история психологии». <http://mhp-journal.ru/rus/News>.
4. Научные статьи по психологии, а также аннотации содержания ведущих журналов по психологии Американской психологической ассоциации на русском языке.
[Научная литература: Psychology OnLine.Net \(psyoline.net\)](http://psyoline.net)
5. Интернет служба экстренной психологической помощи МЧС России
<https://psi.mchs.gov.ru/>
6. Московская служба психологической помощи населению
<https://msph.ru/>

- Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>
2. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru).
3. Профессиональные базы данных
(ruc.su)https://smolensk.ruc.su/student/professionalnye-bazy-dannykh_.php

7. Материально-техническое обеспечение модуля «Психология».

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet .
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Психология» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профилям «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» 1 курса (2 семестр) очной формы обучения и 2 семестр заочной формы обучения.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра психологии

Сроки изучения дисциплины «Психология» 2 семестр очной форм обучения, 2 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: для очной формы обучения – **экзамен**.

Форма промежуточной аттестации: для заочной формы обучения – **экзамен**.

І. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре по разделу 1. «Предмет и объект психологии как самостоятельной науки».	27	5
2	Выступление на семинаре по разделу 2. «Общее представление о психике и сознании человека».	29	5
3	Выступление на семинаре по разделу 3. «Основные формы отражения психики и их взаимосвязь».	31	5
4	Выступление на семинаре по разделу 4. «Индивидуально-психологические особенности человека»	33	5
5	Ответы на вопросы к собеседованию	В течение семестра с 23 недели по 41	15
6	1. Написание реферата по одной из тем: 2. Виды эмпирических методов, их характеристика. 3. Обсервационные методы в психологии. 4. Экспериментальные методы в психологическом исследовании. 5. Психодиагностические методы исследования в психологии. 6. Понятие о психике. Структура психики человека. 7. Психические процессы, их место в структуре психики. 8. Понятие о познавательных психических процессах. 9. Память как познавательный психический процесс.	В течение семестра	10

	10. Аналитико-синтетический характер мыслительной деятельности. 11. Внимательность как познавательный психический процесс		
	12. Виды мышления. 13. Речь как познавательный психический процесс.		
7	Презентация по разделу 3 «Основные формы отражения психики и их взаимосвязь».	34	5
8	Презентация по разделу 4 «Индивидуально-психологические особенности человека».	36	5
9	Презентация по разделу 5 «Категория личности в психологии. Мотивационно-потребностная сфера личности. Направленность личности».	39	5
10	Презентация по разделу 6 «Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное общение».	41	5
11	Посещение занятий	В течение семестра	5
	Экзамен	42	30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Выступление на семинаре Раздел 7. «Социально–психологический климат группы, пути его регуляции»	10
2	Подготовка доклада «Стресс и аффект как психоэмоциональные состояния личности».	15
4	Написание реферата по теме «Понятие о группах и коллективах в психологии и педагогике»	15
5	Презентация по теме «Конфликты в группе, их последствия и технология разрешения»	10

II. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое	2		3	4	5	

выражение оценки	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный Институт

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.12 Психология»

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

Профиль подготовки «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часа** на очном отделении и 2 зачетных единицы 72 часа на заочном отделении.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 2 семестр очной формы обучения, 2 семестр заочной формы обучения.

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование у бакалавров общих представлений о психологии, как интегративной науке, находящейся на стыке медико-биологических, психолого-педагогических и лингвистических наук; формирование основополагающих знаний в области научно-теоретических и научно-методических аспектов психологии, являющихся базой для более глубокого изучения основных разделов данной дисциплины.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Психология»

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-6	<i>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</i>	2 сем.		2 сем.
УК-6.1	Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования	2 сем.		2 сем.
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности	2 сем.		2 сем.
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.	2 сем.		2 сем.
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.1	<i>Знать:</i>	2 сем.		2 сем.

	- закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения			
ОПК-5.2	Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно- нравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально- осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.3	Умеет: - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга	2 сем.		2 сем.

ОПК-5.4	Имеет опыт подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;	2 сем.		2 сем.
ОПК-5.5	Имеет опыт: - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	2 сем.		2 сем.

5. Структура и содержание дисциплины «Психология»

Общая трудоемкость дисциплины «Психология» составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Предмет и объект психологии как самостоятельной науки.	2	1	2	4		
2	Тема 2. Общее представление о психике и сознании человека. Биологическая основа психики человека.	2	1	2	4		
3	Тема 3. Основные формы отражения психики и их взаимосвязь.	2	1	2	4		
4	Тема 4. Индивидуально-психологические особенности человека.	2	1	2	4		
5	Тема 5. Категория личности в психологии. Мотивационно-потребностная сфера личности. Направленность личности.	2	1	2	4		
6	Тема 6. Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное общение.	2	1	2	4		
7	Тема 7. Социально-психологический климат группы, пути его регуляции.	2	1	2	4		
8	Тема 8. Конфликты в группе, их последствия и технология разрешения.	2	1	4	9		
Итого часов: 72			8	18	37	9	экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Предмет и объект психологии как самостоятельной науки.	2	2	2	7		
2	Тема 2. Общее представление о психике и сознании человека. Биологическая основа психики человека.	2			7		
3	Тема 3. Основные формы отражения психики и их взаимосвязь.	2			7		
4	Тема 4. Индивидуально-психологические особенности человека.	2			7		
5	Тема 5. Категория личности в психологии. Мотивационно-потребностная сфера личности. Направленность личности.	2		2	7		
6	Тема 6. Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное общение.	2			7		
7	Тема 7. Социально-психологический климат группы, пути его регуляции.	2			7		
8	Тема 8. Конфликты в группе, их последствия и технология разрешения.	2			8		
Итого часов: 72			2	4	57	9	экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Гуманитарный

Кафедра Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.13 ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Направление подготовки/специальность:

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

Направленность (профиль):

"Адаптивное физическое воспитание"

"Лечебная физическая культура"

"Физическая реабилитация"

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного Института
Протокол №1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол № 3 от « 05 » сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол № ____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Составитель:

Томашевич Анастасия Михайловна, кандидат педагогических наук, доцент
кафедры Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им.
В.А. Губанова РГУФКСМиТ

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Дисциплина "Подвижные игры" имеет своей целью приобретение обучающимися знаний, умений и овладение практическими навыками проведения Подвижных игр с целью применения этих знаний и умений в дальнейшей профессиональной деятельности при работе с различным возрастным контингентом при помощи формирования у обучающихся компетенций УК-7 в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" с учетом специфики профилей "Адаптивное физическое воспитание", Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация".

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина "Подвижные игры" предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" с учетом специфики профилей "Адаптивное физическое воспитание", Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация".

Дисциплина "Подвижные игры" и относится к «Блоку 1. Обязательная часть.» учебного плана.

Данная дисциплина определяет способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Освоения дисциплины "Подвижные игры" органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на ранее пройденных дисциплинах - "Методика преподавания гимнастики".

- изучение дисциплины предшествует освоению следующих дисциплин - "Методика преподавания спортивных игр", "Лечебная физическая культура", "Адаптивный спорт".

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенций	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</i>	2	-	3
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	2	-	3
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности.	2	-	3
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	2	-	3

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет:

- 2 зачетные единицы, 72 академических часа для очной и заочной форм обучения.

Очная форма обучения для направлений

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о Подвижных играх (определение, виды, аспекты применения).	2	0,5	2	10		Зачет
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений.	2	0,5	8	8		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов.	2	0,5	6	8		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в Адаптивной физической культуре с учётом особенностей контингента участников.	2	0,5	8	20		
Итого часов: 72			2	24	46		

Заочная форма обучения для направлений

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о Подвижных играх (определение, виды, аспекты применения).	3	0.5		20		Зачет
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений.	3	0,5	2	16		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов.	3	0,5	1	10		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в Адаптивной физической культуре с учётом особенностей контингента участников.	3	0,5	1	20		
Итого часов: 72			2	4	66		

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине "Подвижные игры" (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине "Подвижные игры".

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета

Вопросы выносимые на зачет.

1. Определение понятия игры.
2. Отличие подвижных игр от спортивных.
3. Педагогические задачи подвижных игр.
4. Методика решения педагогических задач в игре.
5. Критерии отбора игры на занятиях.
6. Подготовка площадки к игре (подготовка места игры и инвентаря, разметка площадки).
7. Способы выбора водящего и их характеристика.
8. Выбор помощников и капитанов.
9. Способы разделения на команды и их характеристика.
10. Требования к рассказу и последовательность объяснения игры.
11. Роль и место в проведении игры показа и объяснения.
12. Руководство игрой, судейство и дозировка игры.
13. Требования к окончанию игры и подведению итогов.
14. Возникновение игры.
15. Характеристика игр дошкольников и школьников 1-4 классов.
16. Характеристика подвижных игр учащихся 5-8 классов.
17. Характеристика подвижных игр учащихся 9-11 классов.
18. Игры за рубежом.
19. Игры в Древней Руси.
20. Русские народные игры: детские, девичьи, мужские, обоего пола.
21. Игры и их значение в анимационной деятельности.

25. Игры на воздухе и их значение.
26. Игры на воде и их значение.
27. Особенности в организации и проведении соревнований по «Подвижным играм».
28. Значение и виды подвижных игр в Физической реабилитации.
29. Особенности методики проведения подвижных игр в Физической реабилитации.
30. Значение и виды подвижных игр в Адаптивном физическом воспитании.
31. Особенности методики проведения подвижных игр в Адаптивном физическом воспитании.
32. Значение и виды подвижных игр в Лечебной физической культуре.
33. Особенности методики проведения подвижных игр в Лечебной физической культуре.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Томашевич, А.М., Жарикова Е.Л.: Подвижные игры на уроках физической культуры для детей младшего школьного возраста : учеб.-метод. пособие для учителей физ. культуры и студентов, обучающихся в вузах и ссузах в области физ. культуры и педагогики / Е.Л. Жарикова; Рос. ун-т спорта (ГЦОЛИФК); А.М. Томашевич .— Москва : Колос-с, 2023 .-54 с. - ISBN 978-5-00129-390-3 .— URL: <https://rucont.ru/efd/840957> ; <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=363541&DocQuerID=11514340&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Подвижные игры в занятиях спортом : учеб. пособие : [Утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / Томашевич А.М. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2014. - 332 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=236664&DocQuerID=11514337&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. От игры к ГТО [Электронный ресурс] : учеб. пособие : направление подгот. 49.03.01, 44.03.01 : квалификация выпускника - бакалавр : форма обучения: оч., заоч. : рек. Эмс

Гуманитар. ин-та РГУФКСМиТ / Кузьмичева Е.В. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2017.

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=352249&DocQuerID=11514338&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=352249&DocQuerID=11514338&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=352249&DocQuerID=11514338&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. От подвижной игры к ГТО [Электронный ресурс] : учеб. пособие : утв. ЭМС Гуманитар. ин-та РГУФКСМиТ. Ч. 2 / Кузьмичева Е.В. [и др.] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. Режиссуры массовых спортив.-худож. представлений им. В.А. Губанова. - М., 2019. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=325444&DocQuerID=11514342&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=325444&DocQuerID=11514342&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=325444&DocQuerID=11514342&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [Е.В. Кузьмичева]. - М.: физ. культура, 2008. - 104 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=164419&DocQuerID=11514343&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=164419&DocQuerID=11514343&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=164419&DocQuerID=11514343&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [Е.В. Кузьмичева]. - М.: физ. культура, 2008. - 122 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=164423&DocQuerID=11514344&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=164423&DocQuerID=11514344&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=164423&DocQuerID=11514344&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Подвижные игры. Практический материал : учеб. пособие для студентов вузов и сред. спец. учеб. заведений физ. культуры : рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Л.В. Былеева [и др.]. - М.: ТВТ Дивизион, 2005. - 277 с.: ил. URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/129424.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/129424.pdf) ; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573661>

4. Подвижные игры : учебное пособие : [16+] / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 159 с. : табл., ил. Тарасов, А. Е. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573661>

5. Теория и методика подвижных игр : практический материал : учебное пособие : [16+] / А. Е. Тарасов, С. И. Колодезникова, В. Ф. Скрыбина ; Северо-Восточный

федеральный университет им. М. К. Аммосова. – Якутск : Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, 2022. – 98 с.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=702144>

6. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 322 с. <https://urait.ru/bcode/517443>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru> – «Российское образование» - федеральный портал.
2. <http://minstm.gov.ru> - сайт Министерства спорта Российской Федерации.
3. <https://myrosmol.ru/> - информационная платформа «Молодежь России».
4. Единая информационная площадка «Физическая культура и спорт, детский отдых, туризм» - <https://еип-фкис.рф/?ysclid=m1qg8eguc4531448315>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)
- 2) [Электронная библиотечная система «Рукоонт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

4) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru)

-электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система
<https://elibrary.ru/defaultx.asp?>

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).

Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).

<https://www.olympicuniversity.ru/ru/home> - Российский международный олимпийский университет

- электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Единый национальный портал дополнительного образования детей - <https://dop.edu.ru/federal/events/list/>

Единый спортивный портал Москвы <https://moscow.sport/?ysclid=lrf4eehzrq977152040>

Портал культура. рф <https://www.culture.ru/?ysclid=lrf4dc0ki6323314274>

Федеральный портал системы образования в сфере культуры и искусств

<https://rfartcenter.ru/sobytiya/obshherossijskie-konkursy-minkultury/>

Портал открытых данных Правительства Москвы (разделы: «Культура», «Досуг и отдых», «Физическая культура и спорт») - <https://data.mos.ru>

Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система - informio.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины "Подвижные игры" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийная аудитория, вместимостью более 20 человек.

Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: аудиторная мебель – столы, стулья, мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также трибуны преподавателя, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Спортивный зал с помещением для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и инвентаря.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

для обучающихся Института

ТУРИЗМА, РЕКРЕАЦИИ, РЕАБИЛИТАЦИИ И ФИТНЕСА

1 курса очной формы и 2 курса заочной формы обучения,

по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"

профили "Адаптивное физическое воспитание", Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация".

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им. В.А. Губанова

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр очная и 3 семестр заочная формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачет во 2 семестре на очной и 3 семестре на заочной формах обучения.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Виды работы обучающихся на очной форме обучения на занятиях во 2 семестре

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения в неделях	Максимальное количество баллов
1.	Разработка и написание конспекта подвижной игры по заданию	25-27 недели	5
2.	Проведение подвижной игры по заданию с учетом методики проведения.	28-36 недели	15
3.	Разработка и написание конспекта подвижной игры для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.	37-38 недели	5

4.	Проведение подвижной игры для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.	39-42 недели	15
5.	Посещение занятий	В течение семестра	1 балл х 1 занятие (2 ак. часа) =13 баллов
6.	Подбор и запись подвижных игр, игр-эстафет и игр-аттракционов для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.	В течение семестра	27
7.	Зачет по дисциплине	43 неделя	20
	ИТОГО за 2 семестр		100 баллов

*Виды работы обучающихся на заочной форме обучения на занятиях во
3 семестре*

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения в неделях	Макси- мальное количество баллов
1.	Разработка и написание конспекта подвижной игры по заданию		5
2.	Проведение подвижной игры по заданию с учетом методики проведения.		15
3.	Разработка и написание конспекта подвижной игры для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.		5
4.	Проведение подвижной игры для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.		15
5.	Посещение занятий	В течение семестра	2,17 балла х 6 занятий (2 ак. часа) =13 баллов

6.	Подбор и запись подвижных игр, игр-эстафет и игр-аттракционов для адаптивной физической культуры с учетом особенностей контингента.	В течение семестра	27
7.	Зачет по дисциплине		20
	ИТОГО за 3 семестр		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата и/или выполнение презентации (по усмотрению педагога) по темам.	10

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ (примеры):

1. История возникновения и развития подвижной игры. Выбор игры на усмотрения педагога.
2. Подвижные игры в разных регионах России.
3. Народные игры регионов России.
4. Значение и виды подвижных игр в Физической реабилитации.
5. Особенности методики проведения подвижных игр в Физической реабилитации.
6. Значение и виды подвижных игр в Адаптивном физическом воспитании.
7. Особенности методики проведения подвижных игр в Адаптивном физическом воспитании.
8. Значение и виды подвижных игр в Лечебной физической культуре.
9. Особенности методики проведения подвижных игр в Лечебной физической культуре.

Темы для написания реферата могут быть дополнены преподавателем и выбираются на его усмотрение.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) "Оценочные средства (фонд оценочных

средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)".

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

- Обучающийся может быть допущен к сдаче зачета (экзамена) только в том случае, если за одну неделю до начала сессии набрал количество баллов, вычисляемое по формуле: $61 \text{ балл} - \text{Максимальное количество баллов за зачет (экзамен)}$.

- Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.

- По согласованию с преподавателем, обучающийся может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 10 баллов за каждое задание.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплине (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Гуманитарный

Кафедра Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.13 ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Направление подготовки/специальность:

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

Направленность (профиль):

"Адаптивное физическое воспитание"

"Лечебная физическая культура"

"Физическая реабилитация"

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора: 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа для очной и заочной формы обучения.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 2 семестр очная и 3 семестр заочная формы обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля)

Дисциплина "Подвижные игры" имеет своей целью приобретение обучающимися знаний, умений и овладение практическими навыками проведения Подвижных игр с целью применения этих знаний и умений в дальнейшей профессиональной деятельности при работе с различным возрастным контингентом при помощи формирования у обучающихся компетенций УК-7 в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" с учетом специфики профилей "Адаптивное физическое воспитание", Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация".

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенций	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	2	-	3
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	2	-	3

УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности.	2	-	3
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	2	-	3

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет:
- 2 зачетные единицы, 72 академических часа для очной и заочной форм обучения.

Очная форма обучения для направлений

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о Подвижных играх (определение, виды, аспекты применения).	2	0,5	2	10		Зачет
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений.	2	0,5	8	8		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов.	2	0,5	6	8		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в Адаптивной физической культуре с учётом особенностей контингента участников.	2	0,5	8	20		
Итого часов: 72			2	24	46		

Заочная форма обучения для направлений

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о Подвижных играх (определение, виды, аспекты применения).	3	0.5		20		Зачет
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений.	3	0,5	2	16		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов.	3	0,5	1	10		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в Адаптивной физической культуре с учётом особенностей контингента участников.	3	0,5	1	20		
Итого часов: 72			2	4	66		

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт¹ туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова - Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.14 Общая патология и тератология»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Направленность (профиль)²: «Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»,
«Адаптивное физическое воспитание»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

¹ Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

² Если рабочая программа дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института научно-педагогического образования
Протокол № 01 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель: Добрынина Людмила Александровна, к.п.н., доцент, доцент
кафедры ФРМиОФК им. И.М. Саркизова- Серазин
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., доцент кафедры
Спортивной медицины
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Общая патология и тератология» является: обеспечить освоение студентами знаний о причинах, механизмах и основных закономерностях развития заболеваний и травм, а также врожденных и приобретенных пороков развития. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Общая патология и тератология» относится к базовой дисциплине ООП. Для освоения данной дисциплины необходимы знания биологии с основами экологии, анатомии человека, физиологии человека. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: «Частная патология», «Физическая реабилитация в кардиологии», Физическая реабилитация в пульмонологии», «Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ», «Физическая реабилитация в неврологии», «Физическая реабилитация в гериатрии»; практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное) ³
1	2	3	4	5
ОПК-7	ОПК-7. Способен определять	2	2	

³ Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 72 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема№ 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема№ 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности.	2	2	2	4		

	Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия			2	4		
			2	2	2		
			2	2	4		
			2	2	4		
			2	2	4		
			2	2	4		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2		2	4		
					4		
				2			
Итого часов: 72			10	20	42		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема № 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема № 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема № 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема №6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема №7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема №8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема №9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема №10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия	2	2		4 4 4 4 6 6 6 2 2 6		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2			7 7		
Итого часов: 72			2	4	66		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Форма промежуточной аттестации – зачет (ответы на заданные вопросы).

1. Определение понятия «болезнь». Ее основные признаки.
2. Характеристика стадий болезни.
3. Определение понятий «патологическая реакция», «патологический процесс», «патологическое состояние».
4. Определение понятий «этиология» и «патогенез».
5. Внешние и внутренние причины заболеваний.
6. Основное звено и «порочный круг» в механизме развития болезни.
7. Роль наследственности в развитии человека.
8. Понятия «наследственная предрасположенность» и «генетическая индивидуальность».
9. Виды мутаций.
10. Основные классы и группы наследственной патологии.
11. Различия между наследственной и врожденной патологией.
12. Связь типов конституции и болезни.
13. Роль конституции в развитии болезни.
14. Влияние возраста на развитие болезни.
15. Иммунная система, ее состав и функции.
16. Виды иммунитета. Подвиды приобретенного иммунитета.
17. Определение понятия «аллергия». Классификация аллергенов
18. Общий патогенез аллергических реакций (основные стадии)
19. Краткая характеристика поллиноза и крапивницы.
20. Краткая характеристика отека Квинке и анафилактического шока.
21. Определение понятия «воспаление».
22. Основные этиологические факторы воспаления
Основные положения патогенеза воспалительного процесса.
23. Основные клинические проявления воспаления.

24. Краткая характеристика фаз развития воспаления.
25. Возможные варианты исхода воспалительного процесса.
26. Определение понятия «лихорадка». Причины и механизмы развития лихорадки.
27. Виды нарушений патологии тканевого роста. Их характеристика.
28. Определение понятий «гипертрофия» и «гиперплазия».
29. Виды гипертрофии (гиперплазии). Их значение для организма.
30. Определение понятия «регенерация». Основные виды регенерации.
31. Определение и общая характеристика новообразований.
32. Морфологические особенности опухолевой ткани (строение, расположение, размеры, внешний вид, форма, консистенция, цвет).
32. Канцерогенные факторы и их влияние на развитие опухоли.
33. Основные отличия доброкачественной опухоли от злокачественной. Понятия «метастазирование», «метастазы», «кахексия» и «рецидивы» опухоли.
34. Определение понятие «стресс». Основные причины возникновения стресса.
34. Характеристика стадии стресса.
35. Определение понятия «шок». Основные формы шока.
36. Характеристика стадий травматического шока.
37. Определение термина «коллапс». Основное отличие от шока.
38. Кома и стадии комы.
39. Пороки развития: гаметопатии, бластопатии, эмбриопатии и фетопатии.
40. Основное отличие между первичными и вторичными пороками развития.
40. Отличия генных геномных и хромосомных мутаций.
41. Критические периоды внутриутробного развития.
42. Понятия «тератогенный терминационный период». Его значение для формирования врожденных пороков развития.
43. Краткая характеристика клинических, морфологических и генетических методов исследования, применяемых в тератологии.
44. Наиболее распространенные ПР ЦНС.
45. Основные ВПР ССС.
46. Наиболее распространенные ПР органов пищеварения.
47. Наиболее распространенные ПР органов дыхания.
48. Изолированные и системные ПР ОДА.
49. Определение понятия «множественные пороки развития».

- 50. Виды нарушения кровообращения
- 51. Причины и виды артериального и венозного полнокровия
- 52. Причины и виды артериального и венозного малокровия

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Жук, И.А. Общая патология и тератология : Учебник / И.А. Жук, Е.В. Карякина; И.А. Жук .— Издание второе, переработанное и дополненное — Москва: РГУФКСМиТ, 2011 .— 138 с. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/202929>
2. Физическая реабилитация [электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / ред. Попов С.Н. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 603 с.: ил. URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf>

б) Дополнительная литература:

1. Жук, И.А. Общая патология: [учеб. пособие] / И.А. Жук. — Москва: Колос-с, 2018.— 200 с. — (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). — ISBN 978-5-00129-000-1. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641108>
2. Жук, И.А. Иммунная система и иммунитет: Метод. пособие для студентов 2 курса спец. 022500 / Ирина Александровна Жук; РГАФК. - М., 2001. - 14 с. URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/108249.pdf>
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=108249&DocQuerID=11515904&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Жук, И.А. Общее учение о болезни: метод. пособие / Ирина Александровна Жук; РГАФК. - М., 2001.-11с. URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/18197.pdf>
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=18197&DocQuerID=11515905&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Жук, И.А. Роль конституции в патологии. Учение о реактивности организма: Метод. пособие для студентов 2 курса спец. 022500 / Ирина Александровна Жук; РГАФК. - М., 2001. - 13 с.
URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/108247.pdf>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=108247&DocQuerID=11515906&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=108247&DocQuerID=11515906&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=108247&DocQuerID=11515906&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Ходасевич, Л.С. Конспекты лекций по курсу общей патологии и тератологии: Рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта для студентов вузов, обучающихся по спец. 032102 / Л.С. Ходасевич. - М.: Физ. культура, 2005. - 227 с. URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/129445.pdf>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=129445&DocQuerID=11515907&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=129445&DocQuerID=11515907&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=129445&DocQuerID=11515907&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
2. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
2. Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)
3. Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)
4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» (<https://cyberleninka.ru/>)
5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
7. Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» <https://www.informio.ru/>
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Общая патология и тератология для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1курса, направления подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура, Адаптивное физическое воспитание (очная и заочная формы обучения)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФРМиОФК им. И.М. Саркизова - Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 (очная форма обучения), 2 (заочная форма обучения) семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Общее учение о здоровье и болезни» «Этиология, патогенез и саногенез»	29 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности»	30 неделя	5
3	Написание реферата по одной из тем курса дисциплины	31 неделя	20
4	Контрольная работа по разделу «Роль наследственности, конституции и иммунитета в течение заболеваний»	32 неделя	10
5	Выступление на семинаре «Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови»	33 неделя	5
6	Выступление на семинаре «Общая характеристика воспалительного процесса. Признаки воспаления»	33-34 неделя	5
7	Выступление на семинаре «Нарушение тканевого	34 неделя	5

⁴ В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

	питания, обмена веществ и роста тканей»		
8	Презентация на одну из выбранных тем курса дисциплины	35 неделя	10
9	Контрольная работа по разделу «Нарушение тканевого питания и характеристика воспалительного процесса»	36 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	5 (0,3 на 1зан)
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁵	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей»		5
2	Выступление на семинаре «Общая характеристика воспалительного процесса. Признаки воспаления»		5
3	Тест по теме «Основы общей патологии»		5
4	Подготовка реферата по одной из выбранных тем курса дисциплины		20
5	Подготовка доклада на одну из тем курса дисциплины		10
6	Презентация по одной из выбранных тем курса дисциплины		10
7	Контрольная работа по разделу «Нарушение тканевого питания и характеристика воспалительного процесса»		15
8	Посещение занятий	В течение семестра	10 (5 на 1зан.)
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

⁵ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Роль наследственности, конституции и иммунитета в течение заболеваний»</i>	10
2	<i>Написание реферата по теме «Роль иммунитета в течении заболеваний»</i>	20
3	<i>Подготовка доклада на тему «Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови»</i>	10
4	<i>Презентация по теме «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт⁶ туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра «Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова - Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.14 Общая патология и тератология»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль)⁷: «Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»,
«Адаптивное физическое воспитание»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025

Москва 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение студентами знаний о причинах, механизмах и основных закономерностях развития заболеваний и травм, а также врожденных и приобретенных пороков развития. Дисциплина реализуется на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное) ⁸
1	2	3	4	5
ОПК - 7	ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций ОПК-7.1. Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в	2	2	

⁸ Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 72 академических часов. Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема № 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема № 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности.	2	2 2	2	4 2 4		

	Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия		2	2	4	2	4		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2		2	4		4		
Итого часов: 72			10	20	42			зачет	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема №2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема №3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема №5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема №6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема №7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема №8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема №9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема №10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия	2	2		4 4 4 4 6 6 6 2 2 6		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2			7 7		
Итого часов: 72			2	4	66		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра Физиология

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.О.15 Физиология человека»

Направление подготовки/специальность: 49.03.02

Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Лечебная физическая культура

Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и
рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института
НПО Протокол № 89 от «12»
сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания
кафедры
физиологии Протокол №20 от
«18» июня 2019 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания
кафедры физиологии
Протокол №02 от
«03» сентября 2024 г

Составитель: Богданова Татьяна Борисовна, к.б.н.. доцент, доцент кафедры
физиологии

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Тамбовцева Ритта Викторовна, доктор биологических наук,
профессор, зав. кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта им. Н. И. Волков

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины «Физиология человека»: дать студентам достаточный объем физиологических знаний, исследовательских умений и практических навыков, являющихся естественнонаучной основой для изучения общепрофессиональных и специальных учебных дисциплин, составляющих фундамент профессиональных знаний в подготовки бакалавра по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть успешным на рынке труда.

2. Место дисциплины Б1.Б.13 «ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА» относится к дисциплинам базового цикла представляет собой дисциплину, которая формирует естественнонаучное мировоззрение и основы медико-биологического мышления выпускника, повышающие его профессиональную компетенцию в области применения физиологических и медико-биологических знаний. В процессе подготовки к профессиональной деятельности в области адаптивной физической культуры, для лиц с нарушениями в состоянии здоровья. Знания, полученные при изучении анатомии, биохимии, физиологии человека используются в решении задач адаптивной двигательной рекреации и для оценки функционального состояния различных органов и систем человека при физических нагрузках.

3.Перечень планируемых результатов при обучении бакалавров по дисциплине «Физиология человека», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).

		Семестр
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций.	2
ОПК-7.1 Начальный этап	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп	2
ОПК-7.2 Продвинутый этап	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций	2
ОПК-7.3 Завершающий этап	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; - планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии	2

4. Структура и содержание дисциплины «Физиологии человека»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 **зачетных единиц**,
180 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 2	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение. Общие закономерности физиологии и ее основные понятия. Возбудимость нервной и мышечной ткани	2	2	2	8		
2	Нервная система	2	2	10	12		
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.	2	2	2	10		
4	Сенсорные системы и высшая нервная деятельность	2	—	6	10		
5	Физиология крови	2	2	4	10		
6	Физиология системы кровообращения	2	2	6	15		

7	Физиология дыхания	2	2	4	10		
8	Основы гуморальной регуляции. Физиология желез внутренней секреции	2	2	4	15		
9	Физиология пищеварения	2	–	4	9		
10	Обмен веществ и энергии	2	2	4	10		
	Итого за 2 семестр 180		16	46	109	9	экзамен

заочная форма обучения общая трудоёмкость-5 зачетных единиц (180 академических часа)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение. Общие закономерности физиологии и ее основные понятия. Возбудимость нервной и мышечной ткани.	3	0,2	0,5	14		

2.	Нервная система	3	0,5	2	18		
3.	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности	3		2	12		
4.	Сенсорные системы и высшая нервная деятельность	3		1	14		
5	Физиология крови		0,1		13		
6.	Физиология системы кровообращения	3	0,2	2	20		
7	Физиология дыхания	3	0,2	0,5	20		
8	Основы гуморальной регуляции. Физиология желез внутренней секреции Физиология пищеварения	3	-	-	14		
9	Физиология пищеварения	3	0,3	1,0	14		
10	Обмен веществ и энергии	3	0,5	1,0	20		
	ИТОГО: 180		2	10	159	9	экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

**Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине
для студентов очной и заочной формы обучения.**

1. Основные понятия физиологии. Процессы управления в живых системах (понятие гомеостаза, жесткие и пластичные константы). Главный принцип гомеостаза – принцип обратной связи.
2. Общие представления о функциональных системах. Виды функциональных систем. Компоненты (звенья) функциональных систем.
3. Основные функциональные характеристики возбудимых тканей. Порог раздражения. Классификация раздражителей.
4. Мембранный потенциал покоя возбудимых клеток. Чем обусловлен мембранный потенциал покоя.
5. Потенциал действия – фазы потенциала действия. Следовые потенциалы.
6. Механизм и проведения возбуждения по нервным волокнам. Законы проведения возбуждения по нервному волокну.
7. Законы раздражения возбудимых тканей. Лабильность.
8. Торможение. Виды торможения – первичное (постсинаптическое, пресинаптическое, пессимальное) торможения. Значение торможения в регуляции функций.
9. Нейроны как основные структурно-функциональные элементы ЦНС. Функции нейронов, разновидности нейронов. Рефлекторная дуга (кольцо), ее составные части. Элементарные двигательные рефлексы у человека (сухожильные и др.)
10. Физиология нервов и нервных волокон. Типы нервных волокон. В зависимости от скорости проведения возбуждения нервные волокна делятся на три типа: А, В, С.
11. Нервные центры и свойства нервных центров.
12. Координация реакций организма. Для координации функций организма существуют определенные принципы таких взаимоотношений: конвергенции, окклюзии, иррадиации, сопряженная иннервация, принцип обратной связи, принцип доминантности).
13. Синаптическая связь между нейронами. Синапсы и механизм их работы. Электрические и химические синапсы. Нервно-мышечный синапс.
14. Физиологические свойства синапсов. Возбуждающий постсинаптический потенциал (ВПСП). Тормозной постсинаптический потенциал (ТПСП)

15. Функции спинного, продолговатого и заднего мозга (мост и мозжечок), и их роль в регуляции движения.
16. Функции среднего, промежуточного мозга (таламус, гипоталамус, метаталамус, эпителиамус).
17. Базальные ядра и их функции. Ретикулярная формация. Лимбическая система мозга.
18. Физиология коры больших полушарий. Сенсорные области коры.
19. Общий план строения сенсорных систем. Физиология рецепторов, их значение и классификация. Рецепторный потенциал.
20. Строение и функции моторной (двигательной) сенсорной системы. Проприорецепторы скелетных мышц и их роль в управлении движениями.
21. Вегетативная нервная система (ВНС) и ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании гомеостаза. Строение и функции симпатического и парасимпатического отделов ВНС.
22. Понятие о нервно-мышечном (двигательном) аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) и их классификация. Функциональные особенности различных типов ДЕ (порог активации, скорость и сила сокращения, утомляемость и др.). Значение типа ДЕ при различных видах мышечной деятельности.
23. Мышечная композиция. Функциональные особенности разных типов мышечных волокон (медленные и быстрые).
24. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Теория скольжения. Роль саркоплазматического ретикулума и ионов кальция в сокращении.
25. Механизм регуляции силы сокращения мышц (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, синхронизация сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени). Одиночное и тетаническое сокращение мышечного волокна.
26. Система крови. Объем, состав и функции крови. Гематокрит. Кислотно-щелочное равновесие и активная реакция крови в покое и при мышечной работе разного характера и мощности. Буферные системы крови.
27. Плазма крови. Гомеостатические константы крови. Осмотическое и онкотическое давление плазмы. Изменения в плазме крови при мышечной работе.
28. Эритроциты, их количество и функции. Изменения в связи с мышечной работой, истинный и ложный эритроцитоз.
29. Лейкоциты, и их функции. Миогенный лейкоцитоз.
30. Лейкоцитарная формула. Роль лейкоцитов в формировании иммунитета.

- 31.Тромбоциты их количество и функции. Свертывающая и противосвертывающая системы крови, их изменения при мышечной работе.
- 32.Изменения крови при мышечной деятельности. Рабочая гемоконцентрация и ее механизмы.
- 33.Сердце как насос. Структурные и функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Электрокардиограмма.
- 34.Показатели работы сердца. Минутный объем кровообращения и показатели, определяющие его. Связь деятельности сердца с мощностью работы (потреблением кислорода).
- 35.Регуляция работы сердца. Нервные и гуморальные механизмы регуляции деятельности сердца.
- 36.Гемодинамика. Основные законы гемодинамики. Объемная и линейная скорости кровотока. Время кругооборота крови.
- 37.Артериальное давление. Факторы, определяющие систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Изменение АД при различных видах мышечной работы.
- 38.Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Внешнее дыхание. Механизмы вдоха и выдоха.
- 39.Легочная вентиляция (минутный объем дыхания) и факторы, ее определяющие в покое и при мышечной работе. Способы определения легочной вентиляции, дыхательного объема, частоты дыхания и жизненной емкости легких.
- 40.Обмен газов в легких и их перенос кровью.
- 41.Потребление организмом кислорода в покое и при мышечной работе разной мощности. Методы определения потребления O_2 и выделения CO_2
- 42.Регуляция дыхания в покое и при мышечной работе.
- 43.Общая характеристика пищеварительных процессов. Пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта.
- 44.Железы внутренней секреции и их гормоны. Механизмы действия гормонов на физиологические функции организма человека.
- 45.Гипоталамо-гипофизарная система. Перечислите гормоны гипофиза, их функции и особенности секреции.
- 46.Эпифиз. Гормоны щитовидной, паращитовидной желез их функции.

47. Гормоны поджелудочной железы и их функции. Гормоны надпочечников и их функции.
48. Сущность обмена веществ и энергии. Значение этих процессов для жизнедеятельности организма.
49. Роль белков, углеводов, жиров в организме и их биологическая ценность. Что такое заменимые и незаменимые белки и жиры?
50. Роль воды и минеральных солей в обмене веществ
51. Витамины. Водорастворимые и жирорастворимые витамины.
52. Регуляция водного и минерального обмена.
53. Выделительная система. Мочевыделительная система. Образование первичной мочи.
54. Функции почек. Механизмы канальцевой реабсорбции и секреции.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (Физиология человека).

а) Основная литература:

1. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е. Б. Сологуб; А.С. Солодов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва: Советский спорт, 2023. — 621 с.: ил. — ISBN 978-5-9718-0568-7. — URL: <https://rucont.ru/efd/187910>
2. Салова, Ю. П. Физиология человека : практикум : [16+] / Ю. П. Салова, Т. П. Ефимова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2022. — 108 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699165>

б) Дополнительная литература:

1. Ляксо Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология: учебник для вузов / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511474>
2. Сонькин В.Д. Адаптация организма к физической нагрузке: избр. лекции для магистрантов: учеб.-метод. пособие / В.Д. Сонькин. — Москва: РГУФКСМиТ, 2016. — 73 с. — URL: <https://rucont.ru/efd/373521>
3. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт: учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 159 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17065-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/532314>
4. Сергеев, И. Ю. Физиология человека и животных. Мышцы, вегетативная система: учебник и практикум для вузов / И. Ю. Сергеев, В. А. Дубынин, А. А. Каменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17855-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536983>
5. Сергеев, И. Ю. Физиология человека и животных. Эндокринная система, кровь: учебник и практикум для вузов / И. Ю. Сергеев, В. А. Дубынин, А. А. Каменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 237 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17854-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536921>.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (<https://www.who.int/ru>). Режим доступа: свободный

2. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru) Режим доступа: свободный
3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)
4. Сайт медицинской информации по фундаментальной и клинической медицине: https://meduniver.com_
5. Культурно-просветительский центр "Архэ" (Раздел «Архив», лекции по физиологии и биологии) https://arhe.msk.ru/?page_id=376
6. Портал культура. рф - <https://www.culture.ru>
7. Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных (insportexpo.com)
Режим доступа: свободный

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. Университетская библиотека онлайн ЭБС <https://biblioclub.ru/>
2. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru>
3. Электронно-библиотечная система «Руконт» <https://rucont.ru/>

-электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru) <https://www.informio.ru/>

[Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](https://elibrary.ru/)

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система <https://fgosvo.ru/>

Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс <https://www.sportmedicine.ru/>

База знаний по биологии человека <http://humbio.ru>

- электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>

Web-медицина - профессиональная база данных <https://webmed.irkutsk.ru/index.htm>

Олимпийский комитет России – профессиональная база данных
<https://olympic.ru/about-committee/members/federations/summer-sports/>

7.Материально-техническое обеспечение дисциплины (Физиология человека).

- 1.Слайды, таблицы.
- 2.Подключение к сети интернет и рабочие места в аудитории.
3. Лабораторный комплекс с использованием методов ЭКГ, газоанализа и велоэргометрии для определения работоспособности.
- 4.Компьютеризованная система пульсоксиметр.
- 5.Сервисные программы для статистической обработки полученного материала.
- 6.Инвентарь для физиологического контроля за АД, ЧСС и др.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физиология человека» для обучающихся бакалавров
института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса __1__ курса,
__группы направления подготовки/ специальности__ «Физическая
культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» 49.03.02
направленности (профилю) _ «Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
формы (м) обучения очная и заочная

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физиологии.

Сроки изучения дисциплины (модуля): _2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: /экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Семинар: Физиология ЦНС, ВНС. Регуляция физиологических функций	5	8
2	Практическое занятие: Исследование возбудимости нервной и мышечной ткани.	7	3
3	Семинар: Сенсорные системы	11	8
4	Практическое занятие: Исследование работы сенсорных систем.	13	3
5	Семинар: Функции мышц. Биоэнергетика мышечной деятельности	16	8
6	Семинар: Функции крови, форменные элементы крови	29	8
7	Семинар: Система кровообращения	31	8
8	Практическое занятие: Электрокардиография.	32	3
9	Практическое занятие: Исследование функции внешнего дыхания методом спирометрии.	34	3
10	Доклад на тему: Физиология желез внутренней секреции.	36	10
11	Семинар: Обмен веществ и энергии в организме	39	8
12	Посещение занятий	в течение семестра	10
	экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Заочная форма обучения

Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
<i>Практическое занятие: Исследование возбудимости нервной и мышечной ткани.</i>	15
<i>Выступление на семинаре “Функции мышц. Биоэнергетика мышечной деятельности”</i>	15
<i>Практическое занятие: Электрокардиография.</i>	15
<i>Практическое занятие: Исследование функции внешнего дыхания методом спирографии.</i>	15
<i>Доклад на тему: Физиология желез внутренней секреции.</i>	20
экзамен	20
ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Наличие конспекта лекции и занятий по пропущенной теме</i>	5
2	<i>Выступление по теме пропущенного семинара</i>	8
3	<i>Написание реферата по пропущенной теме</i>	10
4	<i>Написание доклада по пропущенной теме</i>	10
5	<i>Презентация по пропущенной теме</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт _туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Физиологии

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б.1 Б13 Физиология человека

Направление подготовки/специальность:

Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья 49.03.02

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание;

Лечебная физическая культура;

Физическая реабилитация.

Уровень образования: *бакалавриат*,

Форма обучения: *очная/ заочная*

Год набора – 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины «Физиология человека»** составляет 5 зачетных единиц.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 2 – на очной форме обучения, 3 - на заочной.
3. **Цель освоения дисциплины:** дать студентам достаточный объем физиологических знаний, исследовательских умений и практических навыков, являющихся естественнонаучной основой для изучения общепрофессиональных и специальных учебных дисциплин, составляющих фундамент профессиональных знаний в подготовке бакалавра по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть успешным на рынке труда.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием,	2
	<i>Начальный этап (знания)</i>	2

	Знать: анализирует современные научных тенденции в области развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека	
	Продвинутый этап (умения) Уметь: использует традиционные и разрабатывает новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека	
	Завершающий этап (навыки) Владеть: выявляет современные научные тенденции в области развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека.	2

5. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 **зачетных единиц**,
180 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 2	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение. Общие закономерности физиологии и ее основные понятия.	2	2	2	8		

	Возбудимость нервной и мышечной ткани						
2	Нервная система	2	2	10	12		
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.	2	2	2	10		
4	Сенсорные системы и высшая нервная деятельность	2	–	6	10		
5	Физиология крови	2	2	4	10		
6	Физиология системы кровообращения	2	2	6	15		
7	Физиология дыхания	2	2	4	10		
8	Основы гуморальной регуляции. Физиология желез внутренней секреции	2	2	4	15		
9	Физиология пищеварения	2	–	4	9		
10	Обмен веществ и энергии	2	2	4	10		
	Итого за 2 семестр 180		16	46	109	9	экзамен

заочная форма обучения общая трудоёмкость-5 зачетных единиц (180 академических часа)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение. Общие закономерности физиологии и ее основные понятия. Возбудимость нервной и мышечной ткани.	3	0,2	0,5	14		
2.	Нервная система	3	0,5	2	18		
3.	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности	3		2	12		
4.	Сенсорные системы и высшая нервная деятельность	3		1	14		
5	Физиология крови		0,1		13		
6.	Физиология системы кровообращения	3	0,2	2	20		
7	Физиология дыхания	3	0,2	0,5	20		
8	Основы гуморальной регуляции. Физиология желез внутренней секреции	3	-	-	14		

	Физиология пищеварения						
9	Физиология пищеварения	3	0,3	1,0	14		
10	Обмен веществ и энергии	3	0,5	1,0	20		
	ИТОГО: 180		2	10	159	9	экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.16 Комплексная реабилитация больных и инвалидов»

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

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Лечебная физическая культура;
Физическая реабилитация.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины(модуля)обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа
дисциплины(модуля)обновлена на
основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г

Громова Ольга Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры
теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ,

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» является: освоение студентами организационно-методических основ комплексной реабилитации больных и инвалидов и роли адаптивной физической культуры в системе комплексной реабилитации лиц с различной патологией.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» относится к обязательным дисциплинам вариативной части учебного плана Б1.О.16.

Дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» взаимосвязана с дисциплинами базовой части учебного плана: «Право», «Анатомия человека» и «Физиология человека», «Безопасность жизнедеятельности» и с обязательной дисциплиной вариативной части «Социальная защита инвалидов».

Дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» предшествует и необходима для изучения таких дисциплин, как «Общая патология и тератология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», относящихся базовой части учебного плана, и дисциплин вариативной части и дисциплин по выбору, таких как «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций», «Социальная психология семьи инвалида», «Здоровьесберегающие технологии».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) ¹
1	2	3	4	5

¹ Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья ОПК-9.1. Знает: -функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; -современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; -технологии формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.;-способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций. ОПК-9.2. Умеет: - формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; - дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; - оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. ОПК-9.3. Имеет опыт: - создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; - применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; - анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.	2	2	
ОПК-9				
ОПК-15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики. ОПК-15.1. Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; -	2	2	

законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите ; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования.

ОПК-15.2.

Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых

	актов, условиям договоров. ОПК-15.3. Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.			

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы инвалидности как источник для развития системы реабилитации в РФ	2	2	4	3		
2	Система государственной службы реабилитации : структура, полномочия функции,	2	2	4	3		

3	Медицинская реабилитация инвалидов: сущность, направления, методы	2	2	4	4		
4	Социальная реабилитация инвалидов	2	2	6	6		Подготовка доклада и слайд-фильма
5	Профессионально-трудова реабилитация инвалида и ее особенности	2	2	4	6		
6	Социокультурная реабилитация инвалидов, специфика ее организации и проведения	2	2	4	6		
7	Организация физической реабилитации в Российской Федерации	2	4	6	8		Анализ методик АФВ, подбор упражнений
8	Роль и место АФК в системе комплексной реабилитации инвалидов	2	2	6	7		Разработка ИПР по АФК
						9	Экзамен
Итого часов: 108			18	38	43	9	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы инвалидности как источник для развития системы реабилитации в РФ	4		2	11		
2	Система государственной службы реабилитации: структура, функции, полномочия	4	2		11		
3	Медицинская реабилитация инвалидов: сущность, направления, методы	4		2	12		
4	Социальная реабилитация инвалидов	4		2	11		Подготовка доклада и слайд-фильма
5	Профессионально-трудова реабилитация инвалида и ее	4			11		

	особенности						
6	Социокультурная реабилитация инвалидов, специфика ее организации и проведения	4			11		
7	Организация физической реабилитации в Российской Федерации	4			11		Анализ методик АФВ, подбор упражнений
8	Роль и место АФК в системе комплексной реабилитации инвалидов	4		2	11		Разработка ИПР по АФК
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	8	89	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Комплексная реабилитация больных и инвалидов».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Комплексная реабилитация больных и инвалидов». (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине(модулю).

Вопросы для самопроверки

1. Роль и место АФК в системе реабилитации.
2. Физическая реабилитация как составная часть общей системы реабилитации.
3. Социальное значение реабилитации.
4. Психолого-педагогические аспекты реабилитации детей-инвалидов.
5. Организация международной системы реабилитации.
6. Деятельность различных видов реабилитационных учреждений.
7. Федеральный перечень реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг, комплексная индивидуальная программы реабилитации, их основные положения.
8. Дайте определение понятию реабилитация, абилитация, социальная адаптация.
9. Назовите основы реабилитации, ее принципы и этапы.
10. Перечислите социальное значение реабилитации.
11. Что такое медицинская реабилитация, какова ее цель, задачи, основные принципы?
12. Назовите средства медицинской реабилитации.
13. Что представляет собой профессиональная реабилитация. Какова ее цель, этапы?
14. Что такое социальная реабилитация? Какие ее формы Вы знаете?

15. Что представляют собой понятия «социальной адаптации» и «социальной интеграции» инвалидов?
16. Назовите особенности социализации детей-инвалидов.
17. Какова роль технических средств в реабилитации.
18. Что такое психологическая реабилитация? Каковы ее средства и методы? Ее роль в общей системе.
19. Что такое физическая реабилитация? Каковы ее средства и методы? Ее роль в общей системе.
20. Какую роль играет адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в системе комплексной реабилитации?
21. Что представляет собой федеральный уровень организации реабилитации?
22. Что такое региональный уровень организации реабилитации?
23. Расскажите о структуре БМСЭ, функциях и организации работы.
24. В чем заключается координирующая и контролирующая роль БМСЭ в государственной системе реабилитации?
25. Назовите структуру и цель федерального перечня реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг.
26. Назовите структуру и цель индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида.
27. Назовите виды реабилитационных учреждений (амбулаторные и стационарные).
28. Какова роль стационарных учреждений системы социальной защиты (домов-интернатов различного типа) в системе реабилитации?
29. Какова роль реабилитационных центров, их структура и направления деятельности?

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Понятия реабилитации, абилитации, социальной адаптации. Цели и задачи.
2. Основы реабилитации. Ее принципы и этапы.
3. Организация международной системы реабилитации. Документы, регламентирующие международную систему реабилитации.
4. Государственная политика в области реабилитации (Федеральный закон №181-ФЗ от 24.11.1995г. «О социальной защите инвалидов в РФ»; Федеральный закон №122-ФЗ от 22.08.2004).
5. Социальное значение реабилитации.
6. Медицинская реабилитация, ее цель, задачи, основные принципы. Средства медицинской реабилитации.
7. Профессиональная реабилитация. Цель, этапы. Государственные гарантии в этой области.
8. Социальная реабилитация, ее формы. Понятие «социальной адаптации» и «социальной интеграции» инвалидов. Особенности социализации детей-инвалидов.
9. Реабилитационная индустрия. Роль технических средств реабилитации.

10. Психологическая реабилитация. Средства и методы. Ее роль в общей системе.
11. Физическая реабилитация. Средства и методы. Ее роль в общей системе.
12. Адаптивная физическая культура и спорт в системе комплексной реабилитации.
13. Федеральный уровень организации реабилитации.
14. Региональный уровень реабилитации.
15. Структура БМСЭ, функции и организация работы.
16. Координирующая и контролирующая роль БМСЭ в государственной системе реабилитации.
17. Структура и цель федерального перечня реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг.
18. Структура и цель комплексной индивидуальной программы реабилитации.
19. Виды реабилитационных учреждений (амбулаторные и стационарные).
20. Роль стационарных учреждений системы социальной защиты (домов-интернатов различного типа) в системе реабилитации.
21. Реабилитационные центры, их структура и деятельность

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) . Основная литература:

1. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : [учеб. пособие] / О.В. Громова .— Москва : Колос-с, 2018 .— 182 с. <https://lib.rucont.ru/efd/664335>
2. Жигарева, Н.П. Комплексная реабилитация инвалидов в учреждениях социальной защиты : учеб.-практ. пособие / Н.П. Жигарева .— 2-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2017 .— 216 с. <https://lib.rucont.ru/efd/689394>

б) . Дополнительная литература:

1. Технология социальной работы : учебник : [16+] / Е. И. Холостова, Л. И. Кононова, Г. И. Климантова [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, Л. И. Кононовой. — 5-е изд., стер. — Москва : Дашков и К°, 2022. — 478 с. <https://lib.rucont.ru/efd/772168>
2. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640959>

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия —

информационно-справочная система (garant.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) Электронная библиотечная система «Рукопонт» (lib.rucont.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)
2. Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)
3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
4. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
7. Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)
8. Большая Медицинская Энциклопедия (<https://xn--90aw5c.xn--c1avg/>)
9. Спортивная медицина – электронные медицинские книги (<https://www.sportmedicine.ru/books.php>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации (персональный компьютер с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, проектор, экран, ученическую интерактивную доску), комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Комплексная реабилитация больных и инвалидов для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной и заочной форм обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (очная форма), 2 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме: «Международная система реабилитации».	7 неделя	10
2	Коллоквиум по теме: «Законодательство РФ в области реабилитации инвалидов».	8 неделя	15
3	Контрольная работа по теме: «Организация социальной реабилитации в РФ».	10 неделя	12
4	Ситуационная задача по теме: «Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида».	12 неделя	15
5	Защита реферата по теме: «Государственная служба реабилитации».	14 неделя	10
6	Посещение занятий	Весь период	1 *18 занятий =18 баллов
7	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме	Максим. кол-во баллов
		обучения (в неделях)	
1	Коллоквиум по теме: «Международная система реабилитации».	7 неделя	10
2	Проведение внутрисеместрового тестирования по пройденному материалу.	8 неделя	15
3	Контрольная работа по теме: «Организация социальной реабилитации в РФ».	10 неделя	12
4	Ситуационная задача по теме: «Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида».	12 неделя	15
5	Защита реферата по теме: «Государственная служба реабилитации».	14 неделя	10
ИТОГО			100 баллов

Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме: «Международная система реабилитации».	15
2	Коллоквиум по теме: «Законодательство РФ в области реабилитации инвалидов».	15
3	Ситуационная задача по теме: «Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида».	18
4	Защита реферата по теме: «Деятельность различных видов реабилитационных учреждений».	20
5	Посещение занятий	3 балла x 4 занятия = 12 баллов
6	Экзамен	20
ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Опрос «Организация международной системы реабилитации»	10
2	Опрос по пропущенной теме	10
3	Контрольная работа по теме: «Бюро МСЭ, их функции и организация работы».	10
4	Защита реферата по теме: «Психолого-педагогические аспекты реабилитации детей-инвалидов».	10
5	Опрос «Организация физической реабилитации в РФ».	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт²туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.16 Комплексная реабилитация больных и инвалидов»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль)³: Адаптивное физическое воспитание; Лечебная
физическая культура; Физическая реабилитация.
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

²Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины(модуля).

³Если аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** получение знаний о теоретических концепциях реабилитации, их положениях, нормативных документов, структуре государственной службы реабилитации, функциях и полномочиях работающих в ней специалистов, направлениях реабилитационных мер, среди которых выявлена роль адаптивной физической культуры в качестве эффективного средства поддержания здоровья и социальной активности больных и инвалидов.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** ОПК-9;ОПК-15

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение) ⁴
1	2	3	4	5
ОПК-9	Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья ОПК-9.1. Знает: - актуальные тенденции в российском и международном законодательстве, инновационные подходы к противодействию допинга; - антидопинговые правила в спорте; - основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски; - образовательно–воспитательные антидопинговые программы и тренинговые технологии в адаптивном спорте; - этические нормы в области спорта; ОПК-9.2. Умеет: - выявлять актуальные тенденции в российском и международном законодательстве в области противодействия допингу; - формировать условия, исключаящие применение допинга спортсменами и инвалидами; - соблюдать этические и	2	2	

⁴Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	деонтологические нормы в процессе проведения комплексных мероприятий по профилактике негативных социальных явлений во всех видах адаптивной физической культуры средствами физической культуры и спорта; ОПК-9.3. Имеет опыт: - определения приоритетов в разнообразных сферах профессиональной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры и использования их для решения воспитательных задач, социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья, повышения уровня качества их жизни; - разработки предложений по предупреждению негативных сценариев во всех видах адаптивной физической культуры; - применения средств, методов, технологий воспитательной деятельности, с целью профилактики негативных социальных явлений во всех видах адаптивной физической культуры;			
ОПК-15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики ОПК-15.1. Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите ; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования ко оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры	2	2	

	ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования. ОПК-15.2. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров. ОПК-15.3. Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы инвалидности как источник для развития системы реабилитации в РФ	2	2	4	3		
2	Система государственной службы реабилитации: структура, полномочия, функции,	2	2	4	3		
3	Медицинская реабилитация инвалидов: сущность, направления, методы	2	2	4	4		
4	Социальная реабилитация инвалидов	2	2	6	6		Подготовка доклада и слайд-фильма
5	Профессионально-трудова я реабилитация инвалида и ее особенности	2	2	4	6		
6	Социокультурная реабилитация инвалидов, специфика ее организации и проведения	2	2	4	6		
7	Организация физической реабилитации в Российской Федерации	2	4	6	8		Анализ методик АФВ, подбор упражнений
8	Роль и место АФК в системе комплексной реабилитации инвалидов	2	2	6	7		Разработка ИПР по АФК
						9	Экзамен
Итого часов: 108			18	38	43	9	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы инвалидности как источник для развития системы реабилитации в РФ	4		2	11		
2	Система государственной службы реабилитации: структура, функции, полномочия	4	2		11		
3	Медицинская реабилитация инвалидов: сущность, направления, методы	4		2	12		
4	Социальная реабилитация инвалидов	4		2	11		Подготовка доклада и слайд-фильма
5	Профессионально-трудова я реабилитация инвалида и ее особенности	4			11		
6	Социокультурная реабилитация инвалидов, специфика ее организации и проведения	4			11		
7	Организация физической реабилитации в Российской Федерации	4			11		Анализ методик АФВ, подбор упражнений
8	Роль и место АФК в системе комплексной реабилитации инвалидов	4		2	11		Разработка ИПР по АФК
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	8	89	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики лыжного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.17 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНЫХ ГОНОК»

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

Направленности (профили):

«Физическая реабилитация»,

«Лечебная физическая культура»,

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 1 от «27» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 4 от «26» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 1 от «01» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 1 от «01» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 1 от «01» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 1 от «01» сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного спорта
Протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

Составители:

Баталов Алексей Григорьевич – кандидат педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой теории и методики лыжного спорта;

Бурдина Марина Евгеньевна – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры теории и методики лыжного спорта;

Щукин Андрей Владимирович – преподаватель кафедры теории и методики
лыжного спорта.

1. Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» являются:

- овладение универсальными и общепрофессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжных гонок как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта;
- ознакомление с общей характеристикой соревновательной деятельности в олимпийском виде лыжного спорта;
- ознакомление с техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъёмов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- ознакомление с организацией и проведением занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учётом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;
- ознакомление со спецификой организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в зимний период, в естественных природных условиях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилям «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание».

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» относится к дисциплинам обязательной части.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим абитуриентам.

Освоение дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» необходимо как предшествующее изучению анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, биохимии, физиологии человека, прохождению практики.

Специфика данной дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности преимущественно в естественных зимних природных условиях, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных, что необходимо учитывать при организации и проведении практических занятий.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-7	<i>способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	2	3
УК-7.4	Знает: - обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	2	3
УК-7.10	Имеет опыт: - владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2	3
ОПК-1	<i>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</i>	2	3
ОПК-1.1	Знает: - знает историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании	2	3
ОПК- 1.2	Знает: - знает значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических	2	3

	упражнений		
ОПК-1.4	Знает: - знает основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта	2	3
ОПК-1.8	Знает: - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	2	3
ОПК-1.10	Умеет: - умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья	2	3
ПК-1.11	Умеет: - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики,	2	3

	плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта		
ОПК-1. 12	Умеет: - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, в лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту	2	3
ОПК-1. 13	Умеет: - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях	2	3
ОПК-1. 14	Умеет: - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по	2	3

	базовым видам спорта по количественным и качественным критериям		
ОПК-1. 17	Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры	2	3
ОПК-1. 18	Имеет опыт: - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации	2	3

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа. очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	2	2	-	4		2 семестр
2	Раздел 2. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках	2	-	2	4		
3	Раздел 3. Техника передвижения на лыжах	2	-	6	10		
4	Раздел 4. Обучение технике передвижения на лыжах	2	-	8	14		
5	Раздел 5. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	2	-	2	6		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение лыжников-гонщиков	2	-	2	4		
7	Раздел 7. Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков	2	-	2	6		
		2					Зачёт
Итого часов: 72			2	22	48		

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	3	2	-	8		3 семестр
2	Раздел 2. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках	3	-	2	7		
3	Раздел 3. Техника передвижения на лыжах	3	-		16		
4	Раздел 4. Обучение технике передвижения на лыжах	3	-		14		
5	Раздел 5. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	3	-	2	8		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение лыжников-гонщиков	3	-		7		
7	Раздел 7. Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков	3	-		6		
		3					Зачёт
Итого часов: 72			2	4	66		

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта:
 - лыжные гонки;
2. Классификация способов передвижения на лыжах:
 - классические и коньковые лыжные ходы;
 - переходы с хода на ход;
 - способы подъёмов;
 - стойки спусков;
 - способы торможений;
 - способы поворотов в движении и на месте;
 - преодоление неровностей.
2. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учётом количества шагов в цикле хода.
3. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.
4. Фазы формирования двигательного навыка и этапы обучения.
5. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
6. Основные дидактические принципы обучения.
7. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
8. Специфичные требования к подготовке учебной площадки, учебной и тренировочной лыжни.
9. Взаимосвязь мест занятий по лыжной подготовке с этапами обучения.
10. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.
11. Требования к разработке плана-конспекта.
12. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.
13. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим ходам, способам подъёмов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
14. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими лыжными ходами.
15. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъёмов, спусков, торможений, поворотов.

16. Наиболее распространенные травмы при занятиях лыжами, причины их возникновения и меры предупреждения.
17. Воспитание спортсмена как личности – главная задача всех этапов многолетней подготовки.
18. Роль личности педагога-тренера в нравственном воспитании. Взаимосвязь обучения, тренировки и воспитания.
19. Передвижение на лыжах – самое популярное и массовое средство двигательной активности населения России в зимнее время.
20. Оздоровительная эффективность занятий лыжами.
21. Простейшие упражнения на лыжах для дошкольников.
22. Государственная программа по лыжной подготовке для школьников 1-11-х классов.
23. Внеклассная и внешкольная работа с использованием лыж.
24. Лыжная подготовка учащейся молодежи и студентов основного и специального отделений, отделения спортивного совершенствования.
25. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
26. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.
24. Специальные соревнования на лыжах для инвалидов различных категорий.
25. Требования к подготовке лыжных трасс в бесснежный период и с выпадением снега.
26. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей, схеме и профиле трассы.
27. Основные показатели рельефа лыжной трассы: высота, длина и крутизна подъема спуска, перепад высоты.
28. Особенности подготовки лыжных трасс для различного стиля передвижения.
29. Требования к рельефу лыжных трасс для оздоровительных целей и для лыжников-гонщиков разной квалификации.
30. Классификация соревнований по масштабу и спортивной значимости, с учётом целей и задач, в зависимости от условий зачёта и формы организации.
31. Требования к разработке «Календарного плана соревнований».
32. Основные разделы «Положения о соревнованиях».
33. Правила заполнения заявки и карточки участника.
34. Общие требования к судейству соревнований третьей категории.
35. Цель жеребьевки и методика проведения простейшей жеребьевки по карточкам.
36. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.
37. Расчёт времени интервального старта по номеру участника.
38. Лыжные гонки как объективно оцениваемый вид спорта, причины отсутствия официальной регистрации рекордов.

39. Методика определения результатов соревнований, проводимых с интервальным стартом.
40. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования с перерывом.
41. Специфика определения результатов в лыжном спринте, эстафете и в соревнованиях с общего старта.
42. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов.
43. Новые модели организации и проведения оздоровительных спортивно-развлекательных состязаний на лыжах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) основная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с. <https://lib.rucont.ru/efd/819472>
2. Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт : теория и методика : учебное пособие : [16+] / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 198 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607569>

б) дополнительная литература:

1. Баталов, А. Г. Лабораторный практикум дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта – лыжные гонки» : учебно-методическое пособие / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина, В. Г. Сенатская. – М. : РГУФКСМиТ, 2017. – 228 с. <https://rucont.ru/efd/301930>
2. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжников в бесснежный период : учебное пособие : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина. – М. : ТВТ Дивизион, 2015. – 144 с. <https://lib.rucont.ru/efd/719649/info>

в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Федерация лыжных гонок России. База нормативных документов (<https://www.flgr.ru/flgr/docs/>)
2. Международная федерация лыжного спорта и сноубординга FIS. База данных международных соревнований (<https://www.fis-ski.com/DB/general/calendar-results.html>)
3. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).
4. Федерация лыжных гонок России (<https://www.flgr.ru/>).

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat Reader DC.
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. Электронная библиотечная система «Рукоонт» (lib.rucont.ru).
2. Университетская библиотека ONLINE (biblioclub.ru).

электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации – информационная система (fgosreestr.ru)

Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система (profstandart.rosmintrud.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий – информационная система (minsport.gov.ru)

электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

5.

Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

6.

Олимпийский комитет России – профессиональная база данных (olympic.ru)

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Комплекты лыжного инвентаря – лыжи, палки, ботинки, крепления.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методика преподавания лыжных гонок» для обучающихся факультета адаптивной физической культуры , рекреации и туризма, 1 курса, направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья - Адаптивная физическая культура", профили - Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной формы обучения на 2024-2025 учебный год

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного спорта

Ведущий преподаватель: Щукин А. В., Дубровинский С.С., Хитрова А.А.

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр

Количество лекционных занятий (часов): 1 (2 часа)

Количество практических занятий (часов): 11 (22 часа)

Форма промежуточного контроля: зачёт – 2 семестр

**II. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ,
ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Посещение занятий <i>12 занятий по 2,5 балла</i>	Весь период	30 баллов
2.	Электронные аттестующие тесты в ЭИОС «ГЦОЛИФК» по разделам 1-7.	2 семестр	21 балл
3.	Виртуальная лабораторная работа № 1 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Определение результатов индивидуальных соревнований»	2 семестр	5 баллов
4.	Виртуальная лабораторная работа № 2 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Определение результатов эстафеты»	2 семестр	5 баллов
5.	Виртуальная лабораторная работа № 3 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Характеристика рельефа лыжных трасс по графику профиля»	2 семестр	5 баллов
6.	Разноуровневые задания по разработке «Плана-конспекта занятия по начальному обучению заданному способу передвижения на лыжах»	2 семестр	9 баллов
7.	Тесты действий «Имитация техники классических лыжных ходов на месте и в движении»	2 семестр	5 баллов
8.	Тесты действий «Имитация техники коньковых лыжных ходов на месте и в движении»	2 семестр	5 баллов
9.	Ролевая игра в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Проведение жеребьевки соревнований»	2 семестр	5 баллов
10.	Ролевая игра в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Обязанности главного секретаря и секретариата в день	2 семестр	5 баллов

	проведения соревнований»		
11.	Сдача зачёта:	2 семестр	5 баллов
12.	Для допуска к зачёту студент за счёт текущей успеваемости должен набрать не менее 56 баллов при условии обязательного выполнения всех заданий		
13.	Итого:		100 баллов

**ВИДЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПРОПУСТИВШИХ
ЗАНЯТИЯ ПО УВАЖИТЕЛЬНОЙ ПРИЧИНЕ (ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН,
ТЯЖЁЛЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ИЛИ ПОЛУЧЕННЫЕ СПОРТИВНЫЕ ТРАВМЫ)**

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1.	Тесты действий «Демонстрация техники способов подъёмов на лыжах»	2 семестр	8 баллов
2.	Тесты действий «Демонстрация техники стоек спусков на лыжах»	2 семестр	7 баллов
3.	Тесты действий «Демонстрация техники способов торможений на лыжах»	2 семестр	8 баллов
4.	Тесты действий «Демонстрация техники способов поворотов в движении на лыжах»	2 семестр	7 баллов

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методика преподавания лыжных гонок» для обучающихся факультета адаптивной физической культуры , рекреации и туризма, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья - Адаптивная физическая культура", профили - Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация
заочной формы обучения на 2024-2025 учебный год

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного спорта

Ведущий преподаватель: Щукин А. В.

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр

Количество лекционных занятий (часов): 1 (2 часа)

Количество практических занятий (часов): 2 (4 часа)

Форма промежуточного контроля: зачёт – 3 семестр

II. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Посещение занятий <i>3 занятия по 6 баллов</i>	Весь период	18 баллов
2.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделам 1-7.	3 семестр	27 баллов
3.	Виртуальная лабораторная работа № 1 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Определение результатов индивидуальных соревнований»	3 семестр	10 баллов
4.	Виртуальная лабораторная работа № 2 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Определение результатов эстафеты»	3 семестр	10 баллов
5.	Виртуальная лабораторная работа № 3 в ЭИОС «ГЦОЛИФК» «Характеристика рельефа лыжных трасс по графику профиля»	3 семестр	15 баллов
6.	Разноуровневые задания по разработке «Плана-конспекта занятия по начальному обучению заданному способу передвижения на лыжах»	3 семестр	15 баллов
7.	Сдача зачёта:	3 семестр	5 баллов
8.	Для допуска к зачёту студент за счёт текущей успеваемости должен набрать не менее 56 баллов при условии обязательного выполнения всех заданий		
9.	Итого:		100 баллов

**ВИДЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПРОПУСТИВШИХ
ЗАНЯТИЯ ПО УВАЖИТЕЛЬНОЙ ПРИЧИНЕ (ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН,
ТЯЖЁЛЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ИЛИ ПОЛУЧЕННЫЕ СПОРТИВНЫЕ ТРАВМЫ)**

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Тесты действий «Имитация техники классических лыжных ходов на месте и в движении»	3 семестр	9 баллов
	Попеременный двухшажный классический ход		
	Одновременный одношажный классический ход		
	Одновременный бесшажный классический ход		
	Одновременный двухшажный классический ход		
2	Тесты действий «Имитация техники коньковых лыжных ходов на месте и в движении»	3 семестр	9 баллов
	Одновременный двухшажный коньковый ход (равнинный вариант)		
	Одновременный двухшажный коньковый ход		
	Одновременный одношажный коньковый ход		
	Одновременный полуконьковый ход		
	Коньковый ход без отталкивания руками		
	Попеременный двухшажный коньковый ход		

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные материалы (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

□ Обучающимся, пропустившим занятия по уважительной причине, необходимо выполнить дополнительные задания, которые представлены в информационной справке и определяются преподавателем индивидуально каждому.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики лыжного спорта**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.О.17 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНЫХ ГОНОК»**

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

Направленности (профили):
«Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»,
«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа (очная форма обучения и заочная форма обучения)

2. Семестры освоения дисциплины: 2 семестр (очная форма обучения), 3 семестр (заочная форма обучения).

3. Целями освоения дисциплины: «Методика преподавания лыжных гонок» являются:

- овладение универсальными и общепрофессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжных гонок как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта;
- ознакомление с общей характеристикой соревновательной деятельности в олимпийском виде лыжного спорта;
- ознакомление с техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъёмов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- ознакомление с организацией и проведением занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учётом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;
- ознакомление со спецификой организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в зимний период, в естественных природных условиях.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-7	<i>способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	2	3
УК-7.4	Знает: - обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	2	3
УК-7.10	Имеет опыт: - владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2	3
ОПК-1	<i>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</i>	2	3
ОПК-1.1	Знает: - знает историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании	2	3
ОПК- 1.2	Знает: - знает значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений	2	3

ОПК-1.4	Знает: - знает основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта	2	3
ОПК-1.8	Знает: - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	2	3
ОПК-1.10	Умеет: - умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья	2	3
ПК-1.11	Умеет: - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики,	2	3

	плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта		
ОПК-1. 12	Умеет: - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, в лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту	2	3
ОПК-1. 13	Умеет: - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях	2	3
ОПК-1. 14	Умеет: - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;	2	3

	- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям		
ОПК-1. 17	Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры	2	3
ОПК-1. 18	Имеет опыт: - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации	2	3

4. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 72 академических часа. очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	2	2	-	4		2 семестр
2	Раздел 2. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках	2	-	2	4		
3	Раздел 3. Техника передвижения на лыжах	2	-	6	10		
4	Раздел 4. Обучение технике передвижения на лыжах	2	-	8	14		
5	Раздел 5. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	2	-	2	6		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение лыжников-гонщиков	2	-	2	4		
7	Раздел 7. Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков	2	-	2	6		
		2					Зачёт
Итого часов: 72			2	22	48		

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	3	2	-	8		3 семестр
2	Раздел 2. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках	3	-	2	7		
3	Раздел 3. Техника передвижения на лыжах	3	-		16		
4	Раздел 4. Обучение технике передвижения на лыжах	3	-		14		
5	Раздел 5. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	3	-	2	8		
6	Раздел 6. Материально-техническое обеспечение лыжников-гонщиков	3	-		7		
7	Раздел 7. Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков	3	-		6		
		3					Зачёт
Итого часов: 72			2	4	66		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физической культуры

Кафедра Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.18 Методика преподавания легкой атлетики»

Направления подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Адаптивное
физическое воспитание, Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная , заочная*

Год набора **2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025**

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физической культуры
Протокол № 1 от 27 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол № 4 от «25» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол № 4 от «23» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол № 4 от «22» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол № 3 от «21» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина
Протокол № 3 от «20» сентября 2023 г.

Составитель: Степанова **Анастасия Максимовна**, старший преподаватель
кафедры теории и методики легкой атлетики имени Н.Г. Озолина

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «методика преподавания лёгкой атлетики» является приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, необходимых на практике специалистам в области физической культуры, работающим в системе общеобразовательных структур. Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" квалификации «Академический бакалавр».

Легкая атлетика входит в обязательный минимум содержания образования по физической культуре учебных программ всех ступеней, начиная от дошкольного воспитания и продолжая в средней и высшей школе. Поэтому, изучение предмета «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» необходимо с целью формирования теоретических знаний, практических умений и навыков для самостоятельной педагогической и организационной работы по физической культуре в образовательных учреждениях и спортивных организациях.

Основные положения теории и методики легкой атлетики имеют тесную взаимосвязь с содержанием естественнонаучных и гуманитарных дисциплин учебного плана (анатомии, физиологии, биомеханики, истории физической культуры, психологии, педагогики, безопасности жизнедеятельности, теории физической культуры и др.).

Курс общим объемом 144 часа, из них 2 лекционных, 4 практических часов, 125 час самостоятельной работы, 9 часов на экзамен, изучается в течение второго семестра.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
	УК-7.4 Обладает знаниями о технике двигательных действий в легкой атлетике	2		
	УК-7.10 Владеет техникой основных двигательных действий в легкой атлетике на уровне выполнения контрольных нормативов	2		
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.	2		
	ОПК-1.1 Знает историю и современное состояние легкой атлетики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании.	2		
	ОПК-1.2 Знает значение и виды легкой атлетики как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой; - терминологию легкой атлетики; - средства легкой атлетики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения легкоатлетическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения легкоатлетических упражнений;	2		
	ОПК-1.3 Знает основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)	2		

	- методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;			
	ОПК-1.8 Знает: - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования средств легкой атлетики в физкультурно-спортивной деятельности;			
	ОПК-1.10 Умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;			
	ОПК-1.11 Умеет: - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики;			
	ОПК-1.12 Умеет: - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых легкоатлетических упражнений; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики;			

	- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений легкой атлетики, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике;			
	ОПК-1.13 Умеет: - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;			
	ОПК-1.14 Умеет: - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;	2		
	ОПК 1.17 Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов;	2		
	ОПК 1.18 Имеет опыт: - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств легкой атлетики с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;	2		

	- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4** зачетные единицы, **144** академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований		2		6	6		
1.1	Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России						
1.2	Классификация легкоатлетических упражнений			2	2		
1.3	Проведение соревнований по легкой атлетике			2	2		
1.4	Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий			2	2		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений.		2	1	12	24		
2.1	Основы техники легкоатлетических видов		1	1	3		
2.2	Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения			1	2		
2.3	Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения			1	2		
2.4	Техника бросковых			1	2		

	упражнений с ядром						
2.5	Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения			1	2		
2.6	Техника эстафетного бега и подводящие упражнения			1	2		
2.7	Техника метания малого мяча и подводящие упражнения			2	3		
2.8	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения			1	2		
2.9	Техника прыжка в высоту способом «фосбери-флоп» и подводящие упражнения			2	4		
2.10	Техника бега на средние и длинные дистанции			1	2		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений.		2	1	22	25		
3.1.	Проведение подготовительной части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений		1	4	3		
3.2.	Методика обучения бегу на короткие дистанции			2	2		
3.3.	Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»			2	3		
3.4.	Методика обучения технике толкания ядра со скачка			2	3		
3.5.	Методика обучения технике спортивной ходьбы			2	2		
3.6.	Методика обучения технике эстафетного бега 4 x 100 м			2	2		
3.7.	Методика обучения технике метания малого мяча с разбега			2	3		
3.8.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			2	2		
3.9.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп»			2	3		
3.10	Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции			2	2		
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы контроля в легкой атлетике.		2		16	22		
4.1	Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике			2	4		
4.2	Физические качества,			2	2		

	лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики						
4.3	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей.			2	2		
4.4	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей.			2	2		
4.5	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости.			2	2		
4.6	Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения.			2	3		
4.7	Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике.			1	2		
4.8	Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой.			1	2		
4.9	Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов.			2	3		
						9	Экзамен
Итого часов: 144			2	56	77	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований		2	2		25		
1.1	Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России		1				
1.2	Классификация легкоатлетических упражнений		1		8		
1.3	Проведение соревнований по легкой атлетике				8		
1.4	Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий				9		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений.		2		2	40		
2.1	Основы техники легкоатлетических видов				4		
2.2	Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения				4		
2.3	Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения			1	4		
2.4	Техника бросковых упражнений с ядром				4		
2.5	Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения				4		
2.6	Техника эстафетного бега и подводящие упражнения				4		
2.7	Техника метания малого мяча и подводящие упражнения				4		
2.8	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения				4		
2.9	Техника прыжка в высоту способом «фосбери-флоп» и подводящие упражнения				4		
2.10	Техника бега на средние и длинные дистанции			1	4		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений.		2		4	30		
3.1.	Проведение подготовительной части занятия с применением				3		

	легкоатлетических подготовительных упражнений						
3.2.	Методика обучения бегу на короткие дистанции			1	3		
3.3.	Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»				3		
3.4.	Методика обучения технике толкания ядра со скачка				3		
3.5.	Методика обучения технике спортивной ходьбы			1	3		
3.6.	Методика обучения технике эстафетного бега 4 x 100 м				3		
3.7.	Методика обучения технике метания малого мяча с разбега				3		
3.8.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			1	3		
3.9.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп»				3		
3.10	Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции			1	3		
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы контроля в легкой атлетике.		2		2	30		
4.1	Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике			1	3		
4.2	Физические качества, лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики				3		
4.3	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей.				3		
4.4	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно- силовых способностей.				3		
4.5	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости.				3		

4.6	Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения.				3		
4.7	Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике.				4		
4.8	Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой.				4		
4.9	Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов.			1	4		
						9	Экзамен
Итого часов: 144			2	8	125	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложение к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации (экзамена) студентов

1. Классификация легкоатлетических упражнений.
2. Понятие о технике легкоатлетических упражнений.
3. Основы техники спортивной ходьбы и бега.
4. Классификация легкоатлетических прыжков.
5. Составные части техники прыжка.
6. Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
7. Виды метаний и их классификация.
8. Дальность полета снаряда и факторы, ее определяющие.
9. Составные части техники метаний.
10. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
11. Структура урока по легкой атлетике, его цели и задачи. Дидактические требования к уроку.

12. Основные типы уроков в зависимости от решаемых дидактических задач.
13. Характеристика частей урока, их содержание и взаимосвязь.
14. Физические упражнения как основное средство физического воспитания.
Форма и содержание упражнений. Виды упражнений.
15. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
16. Методы организации занимающихся на уроке физической культуры.
17. Особенности тренировочного занятия по легкой атлетике.
18. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями. Подготовка мест занятий.
19. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
20. Причины травм и меры обеспечения безопасности лиц, занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
21. Определение спортивной ходьбы и характеристика техники.
22. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
23. Общая характеристика техники бега на короткие дистанции. Части дистанции.
24. Техника выполнения низкого старта. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
25. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и способы их исправления.
26. Общая характеристика техники прыжка в длину. Части прыжка.
27. Способы прыжка в длину. Особенности движений прыгуна в полете.
28. Методика обучения технике прыжка в длину.
29. Общая характеристика техники прыжка в высоту. Части прыжка.
30. Отталкивание, как основное звено техники прыжка в высоту.
31. Способы прыжка в высоту. Особенности движений прыгуна в фазе полета.
32. Значение приземления в прыжке в высоту. Особенности приземления в разных способах прыжка.
33. Методика обучения технике прыжка в высоту.
34. Общая характеристика техники толкания ядра. Части техники.
35. Методика обучения технике толкания ядра.
36. Основные ошибки в технике толкания ядра и способы их исправления.
37. Общая характеристика техники малого мяча. Части техники.
38. Методика обучения технике малого мяча.
39. Основные ошибки в технике метания малого мяча и способы их исправления.

40. Требования к месту проведения соревнований по беговым видам легкой атлетики.
41. Требования к месту проведения соревнований по легкоатлетическим прыжкам.
42. Требования к месту проведения соревнований по легкоатлетическим метаниям.
43. Особенности тренировки женщин в легкой атлетике.
44. Чем объясняется оздоровительный эффект ходьбы и медленного бега для организма человека?
45. Техника безопасности при самостоятельных занятиях оздоровительным бегом / ходьбой.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

Основная литература:

1. Легкая атлетика : учеб. пособие / Е.Я. Гридасова, Е.С. Кетлерова, В.В. Мехрикадзе, В.И. Никонов, Г.В. Самойлов, А.М. Степанова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) .— Москва : Колос-с, 2022 .— 331 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/806846>
2. Литвиненко, Л. В. Лёгкая атлетика : учебное пособие, 2-е-изд. / В. А. Ермакова; Л. В. Литвиненко .— 2-е изд. — Малаховка : МГАФК, 2017 .— 119 с. <https://lib.rucont.ru/efd/772252>
3. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика : основы знаний (в вопросах и ответах) : учебное пособие / Е. П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995>

Дополнительная литература:

1. Лазарев И.В. Практикум по легкой атлетике: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. завед. / Лазарев И.В., Кузнецов В.С., Орлов Г.А. - М.: ACADEMIA, 1999. - 159 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=81280&DocQuerID=11515954&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. М.: Советский спорт, 2004. –212с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=124033&DocQuerID=11515955&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

3. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту, Моск. регион. центр развития легкой атлетики ИИАФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия Пресс, 2002. - 207 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=117477&DocQuerID=11515956&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

4. Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=187445&DocQuerID=11515959&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культ. / под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова; изд. 4-е, доп., перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=33729&DocQuerID=11515960&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&
Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).

2. <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm> Научная электронная библиотека

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat Reader DC.
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. Электронная библиотечная система «Руконт» (lib.rucont.ru).
2. Университетская библиотека ONLINE (biblioclub.ru).
2. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
2. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - informio.ru
3. Всероссийская федерация легкой атлетики <https://rusathletics.info>
4. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).

электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Сайт Всероссийской Федерации легкой атлетики: Всероссийская федерация легкой атлетики | ВФЛА. Спортивная организация легкой атлетики в России(статистика) (rusathletics.info)
2. Сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» Главная страница | ФГБУ ФЦПСР (fcpsr.ru)
3. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - informio.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Методический кабинет кафедры № 303 с наличием учебно-методической литературы:

а). Учебники, учебные пособия, научная и специальная литература.

б). Специальная периодическая литература: ежемесячный журнал «Легкая атлетика», ежеквартальный журнал «Легкоатлетический вестник ИААФ», периодические информационные материалы.

в). Учебно-методические материалы подготовленные и выпущенные Московским региональным Центром развития легкой атлетики ИААФ

2. Мультимедийные аудитории № 210 и 211 с наличием видео материалов с Чемпионатов мира и Европы по легкой атлетике и Олимпийских Игр по теме «Техника легкоатлетических упражнений» и правил проведения соревнований.

3. Легкоатлетический манеж с подготовленными для проведения учебно-практических занятий секторами, оборудованием и инвентарем.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Методика преподавания легкой атлетики
для обучающихся института Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса **1 курса,**
направления подготовки/ специальности 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"
Профиль Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура, Адаптивное физическое воспитание
очная форма обучения

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Написание конспекта подготовительной части занятия по легкой атлетике	5
2.	Проведение подготовительной части занятия по легкой атлетике	5
3.	Выполнение практического задания №1 «Бег на короткие дистанции»	5
4.	Выполнение практического задания №2 «Спортивная ходьба»	5
5.	Выполнение практического задания №3 «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	5
6.	Выполнение практического задания №4 «Толкание ядра»	5
7.	Выполнение практического задания №5 «Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	5
8.	Выполнение практического задания №5 «Прыжок в высоту с разбега способом «фосбери-флор»	5
9.	Выполнение практического задания №7 «Метание малого	5

	<i>мяча с разбега»</i>	
10.	<i>Выполнение практического задания №8 «Эстафетный бег 4 х 100 м»</i>	5
11.	<i>Посещение занятий</i>	20
	Экзамен	30
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	<i>Написание реферата по теме «Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой»</i>	10
2.	<i>Написание реферата по теме «Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей в тренировочной практике различных видов спорта»</i>	10
3.	<i>Подготовка доклада по занятию «Методика обучения технике вида легкой атлетики» (по выбору)</i>	5
4.	<i>Подготовка доклада ««Применение подводящих и подготовительных упражнений при обучении технике вида легкой атлетики» (по выбору)</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Дополнительные задания позволяют набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

Доклад на семинаре – этот вид контроля, который учит выступать с сообщениями, точно и доказательно выражать свои мысли на языке конкретной науки, анализировать факты, вести диалог, дискуссию, укрепляет интерес к науке и научным исследованиям, учит связывать научно-теоретические положения с практической деятельностью и приучает к самообразованию. Доклады на семинаре осуществляются после вступительного слова преподавателя. Затем последовательно заслушиваются доклады студентов по заранее обозначенным вопросам. После этого проводится обсуждение выступлений, дополнения со стороны других участников семинара. Все участники семинара определяют ценность прослушанной информации для

практического использования, выявляют положительные и отрицательные моменты, разрешения проблем. В заключении преподавателем подводятся итоги всех выступлений.

Практические задания - в ходе выполнения практических заданий оцениваются: умение пользоваться специальной терминологией и понятиями, последовательность и точность подачи материала, методические оценки и замечания, умение организовывать группу, знание специальных и подводящих упражнений, умение показывать их технически правильно. Задание заканчивается обсуждением занимающихся и комментариями преподавателя об итогах его выполнения.

Реферат – Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации, раскрывающая суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения. Реферат отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора. Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению. Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт. Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата.

Структура реферата.

1) 1 лист – титульный

2) 2 лист – содержание

- введение (в введение указывается цель, задачи, методы исследования)

- основная часть согласно содержанию

- выводы

- заключение

3) Последний лист – список использованной литературы

Оформление реферата

Поля правое – 1 см, левое – 3 см. нижнее/верхнее – 2 см.

Шрифт: 14 пт, выравнивание по ширине, отступ первой строки 1,25 см. междустрочный интервал полуторный.

Объем реферата не менее 10 стр.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку Е по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно- цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физической культуры

Кафедра теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.18 Методика преподавания легкой атлетики»

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Адаптивное
физическое воспитание, Физическая реабилитация

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная, заочная

Год набора **2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025**

Москва – **2018** г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 144 академических часа.

1. Семестр освоения дисциплины (модуля): 2.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, применяемых на практике специалистами в области физической культуры, работающих в системе общеобразовательных структур.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

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

Начальный уровень:

УК-7.4 Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;

Завершающий уровень:

УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.

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.

Начальный уровень.

ОПК-1.1. Знает историю и современное состояние легкой атлетики ее место и значение в физической культуре, науке и образовании.

ОПК-1.2. Знает значение и виды легкой атлетики как базового вида спорта;

- воспитательные возможности занятий легкой атлетикой;
- терминологию легкой атлетики;
- средства легкой атлетики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;
- основы обучения легкоатлетическим упражнениям;
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения легкоатлетических упражнений;

ОПК-1.3. Знает основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты);

- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;
- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;
- правила и организацию соревнований по легкой атлетике;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;

ОПК-1.8. Знает способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;

Продвинутый уровень.

ОПК-1.10. Умеет применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;

ОПК-1.11. Умеет:

- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;
- распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике;
- использовать средства легкой атлетики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств, в том числе, для ИВАС;
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств легкой атлетики;

ОПК-1.12. Умеет:

- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;
- организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики;
- оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по легкой атлетике;

ОПК-1.13. Умеет:

- использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике;
- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;

ОПК-1.14. Умеет:

- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;
- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;

Завершающий уровень.

ОПК 1.17. Имеет опыт:

- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;
- владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;

- владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов;
- владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;

ОПК 1.18. Имеет опыт:

- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики;
- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;
- составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся;
- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;
- участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке;
- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;
- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;
- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4** зачетные единицы, **144** академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований		2		6	6		
1.1	Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России						
1.2	Классификация легкоатлетических упражнений			2	2		
1.3	Проведение соревнований по легкой атлетике			2	2		
1.4	Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий			2	2		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений.		2	1	12	24		
2.1	Основы техники легкоатлетических видов		1	1	3		
2.2	Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения			1	2		
2.3	Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения			1	2		
2.4	Техника бросковых упражнений с ядром			1	2		
2.5	Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения			1	2		
2.6	Техника эстафетного бега и подводящие упражнения			1	2		
2.7	Техника метания малого мяча и подводящие упражнения			2	3		
2.8	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения			1	2		
2.9	Техника прыжка в высоту способом «фосбери-флоп» и подводящие упражнения			2	4		
2.10	Техника бега на средние и длинные дистанции			1	2		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений.		2	1	22	25		
3.1.	Проведение подготовительной		1	4	3		

	части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений						
3.2.	Методика обучения бегу на короткие дистанции			2	2		
3.3.	Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»			2	3		
3.4.	Методика обучения технике толкания ядра со скачка			2	3		
3.5.	Методика обучения технике спортивной ходьбы			2	2		
3.6.	Методика обучения технике эстафетного бега 4 x 100 м			2	2		
3.7.	Методика обучения технике метания малого мяча с разбега			2	3		
3.8.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			2	2		
3.9.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп»			2	3		
3.10	Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции			2	2		
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы контроля в легкой атлетике.		2		16	22		
4.1	Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике			2	4		
4.2	Физические качества, лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики			2	2		
4.3	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей.			2	2		
4.4	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей.			2	2		
4.5	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости.			2	2		

4.6	Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения.			2	3		
4.7	Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике.			1	2		
4.8	Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой.			1	2		
4.9	Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов.			2	3		
						9	Экзамен
Итого часов: 144			2	56	77	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований		2	2		25		
1.1	Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России		1				
1.2	Классификация легкоатлетических упражнений		1		8		
1.3	Проведение соревнований по легкой атлетике				8		
1.4	Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий				9		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений.		2		2	40		
2.1	Основы техники легкоатлетических видов				4		

2.2	Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения				4		
2.3	Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения			1	4		
2.4	Техника бросковых упражнений с ядром				4		
2.5	Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения				4		
2.6	Техника эстафетного бега и подводящие упражнения				4		
2.7	Техника метания малого мяча и подводящие упражнения				4		
2.8	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения				4		
2.9	Техника прыжка в высоту способом «фосбери-флоп» и подводящие упражнения				4		
2.10	Техника бега на средние и длинные дистанции			1	4		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений.		2		4	30		
3.1.	Проведение подготовительной части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений				3		
3.2.	Методика обучения бегу на короткие дистанции			1	3		
3.3.	Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»				3		
3.4.	Методика обучения технике толкания ядра со скачка				3		
3.5.	Методика обучения технике спортивной ходьбы			1	3		
3.6.	Методика обучения технике эстафетного бега 4 x 100 м				3		
3.7.	Методика обучения технике метания малого мяча с разбега				3		
3.8.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			1	3		
3.9.	Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп»				3		
3.10	Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции			1	3		
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений		2		2	30		

для воспитания физических способностей. Методы контроля в легкой атлетике.							
4.1	Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике			1	3		
4.2	Физические качества, лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики				3		
4.3	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей.				3		
4.4	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей.				3		
4.5	Средства и методы лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости.				3		
4.6	Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения.				3		
4.7	Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике.				4		
4.8	Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой.				4		
4.9	Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов.			1	4		
						9	Экзамен
Итого часов: 144		2	8	125	9	Экзамен	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.19 Математика и информатика»

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

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2028 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №77 от «25» августа 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол № 3 от «17» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__от «__»_____20__г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__от «__»_____20__г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__от «__»_____20__г.

Составитель: Составитель: Бажинов Сергей Игоревич – доцент кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин, кандидат технических наук,
доцент

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Математика и информатика» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратных и программных средств. Язык реализации дисциплины русский.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилям *Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация.*

Дисциплина «Математика и информатика» относится к дисциплинам обязательной части.

В процессе изучения дисциплины, обучающийся овладеет умениями применения математического аппарата в сфере профессиональной деятельности.

Дисциплина «Математика и информатика» является основой для формирования навыков работы с современной компьютерной техникой.

Дисциплина «Математика и информатика» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на школьном курсе «Информатика»;
- изучение дисциплины предшествует освоению следующих дисциплин/практик – «Статистическая обработка данных».

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	<i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</i>	3	3

УК-1.1	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	3	3
УК-1.2	Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.	3	3

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Комбинаторика, теория вероятностей и математическая статистика	3	2	8	10		
2	Операционные системы. ОС Astra Linux • основы работы в Astra Linux; • управление файловыми системами и работа с файлами в ОС Astra Linux.	3	2	6	10		
3	Офисные приложения в Astra Linux: • LibreOffice – пакет офисных программ для работы с документами; • текстовый редактор - Writer LibreOffice; • табличный редактор - Calc LibreOffice; • редактор презентаций - Impress LibreOffice.	3	4	6	13		
4	Информационная безопасность	3	2	6	12		
5	Сетевые технологии	3	2	6	10		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			12	32	55	9	

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Комбинаторика, теория вероятностей и математическая статистика	3	1	2	20		
2	Операционные системы. ОС Astra Linux • основы работы в Astra Linux; • управление файловыми системами и работа с файлами в ОС Astra Linux.	3		1	18		
3	Офисные приложения в Astra Linux: • LibreOffice – пакет офисных программ для работы с документами; • текстовый редактор - Writer LibreOffice; • табличный редактор - Calc LibreOffice; • редактор презентаций - Impress LibreOffice.	3	1	1	15		
4	Информационная безопасность	3		1	20		
5	Сетевые технологии	3		1	18		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	6	91	9	Экзамен

5.Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Перечень примерных контрольных вопросов к экзамену.

1. Наука о числе. Системы исчисления.
2. Двоичная и шестнадцатеричная системы исчисления.
3. Понятие комбинаторики. Перестановки, сочетания, кортеж, размещения. Правила комбинаторики.
4. Основы теории вероятностей, основные понятия и определения, выборочный метод, генеральная и выборочная совокупности.
5. Стохастический эксперимент, элементарные исходы, события.
6. Классическое, статистическое и геометрическое определение вероятности. Теоремы вероятности. Совместные и несовместные события.
7. Формула полной вероятности. Формула Байеса.
8. Правила суммы и произведения вероятностей событий. Формула полной вероятности. Повторение испытаний.
9. Понятие случайной величины.
10. Законы распределения случайных величин. Характеристики случайной величины.
11. Непрерывные и дискретные случайные величины. Математическое ожидание, дисперсия, среднее квадратичное отклонение.
12. Биномиальное и нормальное распределение случайной величины.
13. Нахождение математического ожидания, дисперсии и среднее квадратичное отклонения случайной величины.
14. Объект изучения математической статистики. Генеральная выборка и совокупность. Эмпирическая функция распределения.
15. Числовые характеристики выборки. Доверительные интервалы.
16. Понятие статистической гипотезы.
17. Графический анализ результатов взаимосвязи, корреляционное поле.
18. Понятие информации. Виды информации. Носители информации. Свойства информации.
19. Формы представления информации. Измерение информации.
20. Информационные процессы: получение, передача, преобразование, хранение и использование информации.
21. Функциональный состав персонального компьютера. Устройства ввода и вывода информации.
22. Устройства хранения информации. Устройства обработки информации.
23. Модели компьютеров и их характеристики.
24. Работа с файлами в ОС Astra Linux, иерархия файловой системы.
25. Файлы, индексные дескрипторы, блоки данных, типы файлов.
26. Назначение основных каталогов, использование Менеджера файлов для работы с файлами и каталогами, контекстный поиск файлов.
27. Навигация по файловой системе. Создание файлов разных типов, операции с файлами, поиск файлов.
28. Управление файловыми системами, архитектура подсистемы хранения данных.
29. Именованые файлов дисковых устройств, поддерживаемые типы ФС в Astra

- Linux.
30. Система управления логическими томами.
 31. Архивация информации.
 32. Информационная безопасность. Вредоносные программы.
 33. Компьютерные вирусы. Свойства вирусов и их классификация. Антивирусные программы.
 34. Основные операции в программе Writer из пакета LibreOffice.
 35. Этапы подготовки текстового документа в программе Writer из пакета LibreOffice.
 36. Редактирование текста в программе Writer из пакета LibreOffice. Выделение, перемещение и копирование фрагментов текста.
 37. Форматирование текста в программе Writer из пакета LibreOffice. Форматирование страниц.
 38. Электронные таблицы в программе Calc из пакета LibreOffice. Структурные единицы электронной таблицы.
 39. Основные операции в программе в программе Calc из пакета LibreOffice.
 40. Относительная и абсолютная адресация в программе в программе Calc из пакета LibreOffice.
 41. Вычисления в программе Calc из пакета LibreOffice.
 42. Функции в программе Calc из пакета LibreOffice. Правила составления и использования функций. Мастер функций.
 43. Диаграммы в программе Calc из пакета LibreOffice. Основные типы диаграмм. Построение диаграмм.
 44. Сортировка и фильтрация данных в программе Calc из пакета LibreOffice.
 45. Программа создания презентаций Impress из пакета LibreOffice. Этапы создания презентации.
 46. Этапы создания презентаций в программе Impress из пакета LibreOffice.
 47. Операции со слайдами в программе Impress из пакета LibreOffice: создание, добавление, перемещение.
 48. Модификация и демонстрация презентаций в программе Impress из пакета LibreOffice.
 49. Компьютерные сети: локальные и глобальные. Основные понятия и услуги компьютерных сетей.
 50. Технологии WWW. Программы-браузеры. Web-документы и их структура. Гиперссылки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

Математика и информатика : практикум : учебное пособие / Е. Н. Гусева, И. Ю. Ефимова, Р. И. Коробков [и др.]. – 5-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 399 с. : табл., граф., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83437>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-1193-4. – Текст : электронный.

б) Дополнительная литература:

Математика и информатика : учеб. пособие / С. А. Балашова, И. В. Лазанюк, Н. К. Аникина, Н. М. Баранова, В. И. Дихтяр. — Москва : РУДН, 2009. — 193 с. : ил. — ISBN 978-5-209-03050-8. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/221310>.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Ассоциация компьютерных наук в спорте – <https://racss.ru>;
2. Журнал «Компьютерра» – <https://www.computerra.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
 1. Операционная система – Microsoft Windows 10.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
 3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat Reader DC.
 4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. Университетская библиотека онлайн. (<https://biblioclub.ru>).
2. Электронная библиотечная система «Руконт» (<https://lib.rucont.ru>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>).
2. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).
3. Библиотека «Куб» (<https://www.koob.ru>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>).
2. Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных(<https://insportexpo.com>).

3. Холдинг «СБК. Спорт Бизнес Консалтинг» – профессиональная база данных (<https://s-bc.ru>).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «МАТЕМАТИКА И ИНФОРМАТИКА» для обучающихся Факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная форма обучения), 3 семестр (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум «Статистическая обработка данных»	11	20
2	Компьютерный практикум «Технология создания текстовой документации»	14	20
3	Компьютерный практикум «Технология работы с электронными таблицами»	15	20
4	Контрольная работа «Создание презентаций»	16	5
5	Компьютерное тестирование	17	5
6	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум «Статистическая обработка данных»	20

¹ В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

2	Компьютерный практикум «Технология создания текстовой документации»	20
3	Компьютерный практикум «Технология работы с электронными таблицами»	20
4	Контрольная работа «Создание презентаций»	5
5	Компьютерное тестирование	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.19 Математика и информатика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 аудиторных часа.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 3 семестр на очной форме обучения и 3 семестр на заочной форме обучения.

3.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Математика и информатика» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратных и программных средств. Язык реализации дисциплины русский.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
УК-1	<i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</i>	3	3	
УК-1.1	<i>Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.</i>	3	3	
УК-1.2	<i>Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.</i>	3	3	

5.Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Комбинаторика, теория вероятностей и математическая статистика	3	2	8	10		
2	Операционные системы. ОС Astra Linux • основы работы в Astra Linux; • управление файловыми системами и работа с файлами в ОС Astra Linux.	3	2	6	10		
3	Офисные приложения в Astra Linux: • LibreOffice – пакет офисных программ для работы с документами; • текстовый редактор - Writer LibreOffice; • табличный редактор - Calc LibreOffice; • редактор презентаций - Impress LibreOffice.	3	4	6	13		
4	Информационная безопасность	3	2	6	12		
5	Сетевые технологии	3	2	6	10		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			12	32	55	9	

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины		Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Комбинаторика, теория вероятностей и математическая статистика	3	1	2	20		
2	Операционные системы. ОС Astra Linux • основы работы в Astra Linux; • управление файловыми системами и работа с файлами в ОС Astra Linux.	3		1	18		
3	Офисные приложения в Astra Linux: • LibreOffice – пакет офисных программ для работы с документами; • текстовый редактор - Writer LibreOffice; • табличный редактор - Calc LibreOffice; • редактор презентаций - Impress LibreOffice.	3	1	1	15		
4	Информационная безопасность	3		1	20		
5	Сетевые технологии	3		1	18		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	6	91	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт гуманитарный

Кафедра педагогики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Б1.О.20 «Педагогика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Профили, реализуемые в очной форме обучения: Адаптивное физическое
воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация
Профили, реализуемые в заочной форме обучения: Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
педагогики
(наименование)
Протокол № 2 от «16» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания
кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Романенко Анна Юрьевна, кандидат педагогических наук, кафедра
педагогики

Спицына И.А. – ст. преподаватель

, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения модуля **Педагогика** являются:

формирование представлений об условиях формирования личности в рамках образовательной системы, о целях, задачах, закономерностях педагогического процесса;

приобщение обучающихся к элементам педагогической системы как составляющей общей культуры современного человека;

вооружение обучающихся глубокими и осознанными знаниями, умениями, опытом деятельности в области теории обучения, воспитания и управления педагогическим процессом.

Модуль **Педагогика** реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Модуль **Педагогика** относится к *Блоку 1 Базовой части* основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП)).

Необходимым условием обучения по данной дисциплине (модулю) является успешное освоение модуля **Психология**.

Модуль Педагогика является базой для изучения следующих дисциплин (модулей):

- Основы аэробики (профиль Адаптивное физическое воспитание);
- Педагогика физической культуры и спорта (профили: Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация);
- Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития (профиль Адаптивное физическое воспитание);
- Теория и технология педагогических измерений (профили: Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация);

- Социологические исследования в сфере адаптивной физической культуры (профили: Адаптивное физическое воспитание).

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении модуля **Педагогика**, проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
ОПК-2	Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	3	4	
	ОПК-2.1. Знает: -основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья;			
	ОПК-2.2. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории -данной категории занимающихся; - осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся			
	ОПК-2.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - обобщения и анализа информации.			
	Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их			

ОПК-3	рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования			
	ОПК-3.1. Знает: - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья и наиболее эффективные методы их обучения; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методики оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - основы научно-исследовательской деятельности; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.	3	4	
	ОПК-3.2. Умеет: - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; - использовать современные методики комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей; - использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией;			
	ОПК-3.3. Имеет опыт: - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - владения современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - использования аппаратуры для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий			

	человека; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы педагогики	3	6	10	14		
	Тема: Педагогика как наука		2	2	2		
	Тема: Методология педагогики и методы педагогических исследований			2	2		
	Тема: История развития педагогической науки			2	4		
	Тема: Общие закономерности развития личности.		2	2	2		
	Тема: Возрастные и индивидуальные особенности развития		2	2	4		
2	Раздел: Основы обучения и воспитания	3	4	10	16		
	Тема: Основы теории обучения		2	4	6		
	Тема: Основы теории воспитания		2	4	6		
	Тема: Воспитание в семье			2	4		
3	Раздел: Управление образовательными системами	3		2	1		
	Тема: Образовательное учреждение как объект управления и руководства			2	1		
Итого часов: 72			10	22	31	9	экзамен

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы педагогики	4	2		28		
	Тема: Педагогика как наука		2		6		
	Тема: Методология педагогики и методы педагогических исследований				4		
	Тема: История развития педагогической науки				4		
	Тема: Общие закономерности развития личности.				8		
	Тема: Возрастные и индивидуальные особенности развития				6		
2	Раздел: Основы обучения и воспитания	4		4	20		
	Тема: Основы теории обучения			2	8		
	Тема: Основы теории воспитания			1,5	10		
	Тема: Воспитание в семье			0,5	2		
3	Раздел: Управление образовательными системами	4			9		
	Тема: Образовательное учреждение как объект управления и руководства				9		
Итого часов: 72			2	4	57	9	экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе

дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

При проведении промежуточной аттестации используются следующие оценочные средства:

5.2.1. Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:

1. Предмет педагогики, связь педагогики с другими науками, дифференциация педагогики.
2. Сущность категорий педагогики: воспитание, обучение образование.
3. Методы исследования в педагогике.
4. Воспитательно – образовательная практика и педагогическая мысль в древних цивилизациях и античном мире.
5. Воспитание, образование и педагогическая мысль в истории европейской культуры Средневековья и Возрождения.
6. Вклад Я.А.Коменского в становление и развитие педагогики как науки.
7. Д.Локк, Ж.-Ж.Руссо, И.Герbart: краткая сравнительная характеристика педагогических взглядов.
8. Воспитание, образование и педагогическая мысль в истории Нового и Новейшего времени в Западной Европе и США.
9. Педагогическая деятельность И.Песталоцци, А.Дистервега, Д.Дьюи.
10. Развитие образования и педагогической мысли в России.
11. Значение педагогической деятельности и трудов К.Д.Ушинского для российской и зарубежной педагогики.
12. Вклад А.С.Макаренка в теорию воспитания.
13. В чём состоят педагогические взгляды В.А.Сухомлинского?
14. Факторы развития личности.
15. Возрастная периодизация.
16. Необходимость учёта возрастных особенностей в процессе воспитания личности как педагогический принцип.
17. Особенности развития и воспитания детей дошкольного возраста.
18. Особенности развития и воспитания детей младшего школьного возраста.
19. Особенности развития и воспитания детей подросткового возраста.
20. Особенности развития и воспитания детей старшего школьного возраста.
21. Понятие педагогического процесса.
22. Основные категории дидактики.
23. Функции обучения.
24. Закономерности педагогического процесса.
25. Принципы обучения.
26. Отличительные особенности современной образовательной системы.
27. Определяющие компоненты педагогического процесса – обучение и воспитание.

28. Структура и содержание педагогического процесса.
29. Классификации методов обучения. Примеры.
30. Методы обучения по уровню активности учащихся.
31. Методы обучения по источнику получения знаний.
32. Методы обучения по дидактической цели.
33. Методы обучения по характеру познавательной деятельности учащихся.
34. Методы обучения на основе целостного подхода к процессу обучения.
35. Факторы, влияющие на выбор методов обучения.
36. Общие формы организации учебной деятельности.
37. Урок - как форма организации процесса обучения. Технология построения урока.
38. Виды обучения.
39. Методы, приёмы, средства организации и управления педагогическим процессом.
40. Роль активности личности в собственном развитии.
41. Принципы гуманистической педагогики и их характеристика.
42. Этапы и особенности процесса воспитания.
43. Особенности процесса воспитания.
44. Основные компоненты воспитательного процесса.
45. Закономерностей воспитательного процесса.
46. Принципы воспитания и их характеристика.
47. Методы и приемы воспитания. Примеры.
48. Методы формирования сознания.
49. Методы организации деятельности.
50. Методы стимулирования.
51. Роль семьи в воспитании и обучении ребёнка.
52. Роль социальных институтов в обучении и воспитании детей.
53. Коллектив как объект и субъект воспитания.
54. Основные принципы управления образовательными учреждениями.
55. Школа как педагогическая система и объект научного управления.
56. Законодательная база образования в Российской Федерации.
57. Взаимодействие образовательного учреждения с другими объектами воспитания и обучения.

5.2.2. Проведение собеседования с обучающимися по вопросам практических ситуаций.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л. С. Подымова [и др.] ; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с.

<https://urait.ru/bcode/510663>

2. Арон, И. С. Педагогика : учебное пособие : [16+] / И. С. Арон ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2018. – 144 с. : табл., схем. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496200>

б) Дополнительная литература:

Столяренко А. М. Психология и педагогика : учебник для студентов вузов. – 3-е изд., доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 543 с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=446437 (SBN: 978-5-238-01679-5, УДК: 159.9(075.8)+ 37(075.8), ББК: 88я73+74я73).

Общая педагогика: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям / А.М. Столяренко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 479 с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=436823 (ISBN: 5-238-00972-0, УДК: 37.01(075.8), ББК: 74.00я73).

- Общая педагогика: учебное пособие / авт.-сост.: Т.Н. Таранова, А.А. Гречкина. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2017. – 151 с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=467129 (УДК: 37.013: 378.1 (075.8) ББК: 74.00:74.58 я73).

- Громкова М. Т. Педагогика высшей школы: учебное пособие для студентов педагогических вузов - Москва: Юнити-Дана, 2015. – 446 с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=117717 (ISBN: 978-5-238-02236-9, УДК: 378(075.8), ББК: 74.58я73-1).

- Педагогика и психология высшей школы: современное состояние и перспективы развития: международная научная конференция. Москва, 5–6 июня 2014 г.: сборник статей / под ред. В.А. Ситарова; сост. О.А. Косинова. – М.-Берлин: Директ-Медиа, 2014. – 213 с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=252970 (SBN: 978-5-4475-2323-7, УДК: 159.9:37.0, ББК: 88+74).

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.obrnadzor.gov.ru> Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки

<http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»

<http://www.pedlib.ru> Педагогическая библиотека

<http://www.7ya.ru/edu/> Портал родительской и семейной тематики

<http://www.iro.yar.ru> ИРО Ярославской области

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1 Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>)

2 Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система garant.ru

3 Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru

4.Российская научная электронная библиотека

<https://cyberleninka.ru/>

5.Федеральный портал Российское образование – информационная система edu.ru

6. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система - (fgosvo.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru

2) Мульти-платформа InSport – профессиональная база данных insportexpo.com

3) Министерство спорта Российской Федерации: [Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация](http://deyatelnost.minsport.gov.ru) – профессиональная база данных minsport.gov.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, микрофоном.

3. Раздаточный материал.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Педагогика для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилям Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: педагогики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная форма обучения), 4 семестр (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	Выполнение практического задания № 1 по теме: «Педагогика как наука»	23 неделя	5
2.	Выполнение практического задания № 2 по теме: «Методология педагогики и методы педагогических исследований»	24 неделя	5
3.	Подготовка выступлений на занятиях семинарского типа «История развития педагогической науки»	23-27 неделя	10
4.	Выполнение практических заданий № 3 по теме: «Общие закономерности развития личности. Возрастные и индивидуальные особенности развития»	28-30 неделя	20
5.	Выполнение практических заданий № 4 по теме: «Основы теории обучения»	31-37 неделя	20
6.	Выполнение практических заданий № 5 по теме: «Основы теории воспитания»	38-42 неделя	20
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
	Подготовка докладов по вопросам темы «История развития педагогической науки»	10
	Решение ситуационных задач практических заданий № 3 по теме: «Общие закономерности развития личности. Возрастные и индивидуальные особенности развития»	10
	Решение задач практических заданий № 4 по теме: «Основы теории обучения»	10
	Решение задач практических заданий № 5 по теме: «Основы теории воспитания»	10

III. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт гуманитарный

Кафедры педагогики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ МОДУЛЯ**

Б1.О.20 «Педагогика»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Профили, реализуемые в очной форме обучения: Адаптивное физическое
воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация
Профили, реализуемые в заочной форме обучения: Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная форма обучения), 4 семестр (заочная форма обучения)

3. Целями освоения дисциплины (модуля) Педагогика:

- формирование представлений об условиях формирования личности в рамках образовательной системы, о целях, задачах, закономерностях педагогического процесса;
- приобщение обучающихся к элементам педагогической системы как составляющей общей культуры современного человека;
- вооружение обучающихся глубокими и осознанными знаниями, умениями, опытом деятельности в области теории обучения, воспитания и управления педагогическим процессом.

Модуль Педагогика реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения (ускоренное обучение)
1	2	3	4	5
ОПК-2	Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	3	4	
	ОПК-2.1. Знает: -основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре; - предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья;			
	ОПК-2.2. Умеет: - использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории -данной категории занимающихся;			

	- осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся			
	ОПК-2.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ; - овладения профессиональной терминологией; - обобщения и анализа информации.			
ОПК-3	Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования	3	4	
	ОПК-3.1. Знает: - психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья и наиболее эффективные методы их обучения; - показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки; - технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре; - методики оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; - основы научно-исследовательской деятельности; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.			
	ОПК-3.2. Умеет: - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; - использовать современные методики комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся; - использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей; - использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией;			
	ОПК-3.3. Имеет опыт: - применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и			

	методов когнитивного и двигательного развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; - применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний; - использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития; - владения современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся; - применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров; - использования аппаратуры для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека; - применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей			

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы педагогики	3	6	10	14		
	Тема: Педагогика как наука		2	2	2		
	Тема: Методология педагогики и методы педагогических исследований			2	2		
	Тема: История развития педагогической науки			2	4		
	Тема: Общие закономерности развития личности.		2	2	2		
	Тема: Возрастные и						

	индивидуальные особенности развития		2	2	4		
2	Раздел: Основы обучения и воспитания	3	4	10	16		
	Тема: Основы теории обучения		2	4	6		
	Тема: Основы теории воспитания		2	4	6		
	Тема: Воспитание в семье			2	4		
3	Раздел: Управление образовательными системами	3		2	1		
	Тема: Образовательное учреждение как объект управления и руководства			2	1		
Итого часов: 72			10	22	31	9	экзамен

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы педагогики	4	2		28		
	Тема: Педагогика как наука		2		6		
	Тема: Методология педагогики и методы педагогических исследований				4		
	Тема: История развития педагогической науки				4		
	Тема: Общие закономерности развития личности.				8		
	Тема: Возрастные и индивидуальные особенности развития				6		
2	Раздел: Основы обучения и воспитания	4		4	20		
	Тема: Основы теории обучения			2	8		
	Тема: Основы теории			1,5	10		

	воспитания						
	Тема: Воспитание в семье			0,5	2		
3	Раздел: Управление образовательными системами	4			9		
	Тема: Образовательное учреждение как объект управления и руководства				9		
Итого часов: 72			2	4	57	9	экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра Экономики и права

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.21 ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

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

Профиль: Адаптивное физическое
воспитание, Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 26 от «27» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина
Протокол №3от «24» сентября 2024г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Хлуднев Е.И. – кандидат юридических наук, доцент кафедры
экономики и права РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Правовые основы адаптивной физической культуры» является формирование у студентов направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» знаний в области правового регулирования физической культуры и спорта, овладение ими умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Правовые основы адаптивной физической культуры» относится к обязательной части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач	3		7

УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	3		7
УК-2.3	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	3		7
ОПК-15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики			
ОПК-15.1	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и	3		7

	адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования			
ОПК-15.2	Умеет: ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; -анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров	3		7
ОПК-15.3	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований	3		7

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы законодательства Российской Федерации в сфере адаптивной физической культуры и социальной защиты инвалидов	3	1	3	6		
2	Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры	3	1	2	6		
3	Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом	3	1	3	6		
4	Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	3	1	2	6		
5	Правовые основы адаптивного спорта	3	0,5	2	6		
6	Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО	3	0,5	2	6		
7	Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры	3	0,5	2	6		
8	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	3	0,5	2	6		
Итого часов: 72			6	18	48		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы законодательства Российской Федерации в сфере	7	0,5	1	8		

	адаптивной физической культуры и социальной защиты инвалидов						
2	Управление сферой адаптивной физической культуры. Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры	7	0,5	1	8		
3	Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом	7	0,5	0,5	8		
4	Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	7	0,5	0,5	8		
5	Правовые основы адаптивного спорта	7		0,5	8		
6	Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО	7		1,5	8		
7	Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры	7		0,5	8		
8	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	7		0,5	8		
Итого часов: 72			2	6	64		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к зачету

1. Система законодательства Российской Федерации в области адаптивной физической культуры.
2. Нормы Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как регулятор общественных отношений в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
3. Общая характеристика законодательства Российской Федерации в области социальной защиты инвалидов.

4. Государственное и муниципальное управление сферой адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
5. Роль общественных организаций в развитии адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
6. Отдельные положения Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, касающиеся адаптивной физической культуры.
7. Методические рекомендации по развитию адаптивной физической культуры и спорта в субъектах РФ и на территории муниципальных образований с учетом лучших положительных практик субъектов Российской Федерации и международного опыта.
8. Рекомендации по распределению занимающихся адаптивной физической культурой на группы по степени функциональных возможностей для занятий определенным видом спорта.
9. Организационно-методические рекомендации по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры, в индивидуальных программах реабилитации или абилитации инвалидов и детей-инвалидов.
10. Порядок разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида, ребенка-инвалида.
11. Правовое регулирование паралимпийского движения.
12. Правовое регулирование сурдлимпийского движения.
13. Правовое регулирование специальной олимпиады.
14. Дополнительные меры по созданию условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.
15. Методические рекомендации по использованию комплекса ГТО для осуществления отбора лиц с ограниченными возможностями здоровья для занятий адаптивным спортом.
16. Адаптивные виды спорта и спортивные дисциплины в соответствии с ВРВС.
17. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих
18. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.
19. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражениями ОДА.
20. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт слепых.
21. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.
22. Виды календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий. Всероссийский сводный календарный план физкультурных и спортивных мероприятий среди инвалидов.

23. Порядок обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере физической культуры и спорта, а также оказания инвалидам при этом необходимой помощи.
24. Обеспечение общей доступности объектов спорта для спортсменов-инвалидов и инвалидов из числа зрителей, с учетом их особых потребностей в соответствии с методическими рекомендациями, утвержденными приказом Минспорта России от 09 июля 2014 г. № 578.
25. Обеспечение доступа спортсменов-инвалидов к физкультурным мероприятиям и спортивным мероприятиям в соответствии с методическими рекомендациями, утвержденными приказом Минспорта России от 09 июля 2014 г. № 578.
26. Обеспечение доступа инвалидов из числа зрителей к физкультурным мероприятиям и спортивным мероприятиям в соответствии с методическими рекомендациями, утвержденными приказом Минспорта России от 09 июля 2014 г. № 578.
27. Предоставление информации спортсменам-инвалидам и инвалидам из числа зрителей в соответствии с методическими рекомендациями, утвержденными приказом Минспорта России от 09 июля 2014 г. № 578.
28. Требования к содержанию положений (регламентов) об официальных физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях.
29. Обязанность организаторов физкультурно-спортивных мероприятий по обеспечению общественного порядка и безопасности.
30. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
31. Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
32. Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
33. Общая характеристика профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре».
34. Общая характеристика профессионального стандарта «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних»
35. Общая характеристика профессионального стандарта «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»
36. Отличие адаптивной физической культуры от лечебной физической культуры.
37. Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области адаптивной физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.
38. Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта.
39. Общая характеристика положений приказа Минспорта России от 27.12.2013 N 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области

физической культуры и спорта» в части, касающейся адаптивной физической культуры.

40. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта (в т.ч. адаптивной физической культуры и адаптивного спорта).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

А) Основная литература

Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов : учебное пособие для вузов / М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. — 2-е изд., перераб. и доп.— Москва: Издательство Юрайт, 2023.— 98с <https://urait.ru/bcode/515196>

Б) Дополнительная литература

Алексеев С.В. Спортивный менеджмент : регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник / С.В. Алексеев ; под ред. П.В. Крашенинникова ; Московский государственный юридический университет им. О. Е. Кутафина (МГЮА). – Москва: Юнити-Дана: Закон и право, 2017. – 688 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682338>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant-plus.ru/urist/>
2. <http://lawconst.ru/urist.php> Сервер посвящён широкому спектру правовой информации по всем отраслям права.
3. На сайте содержатся последние новости российского законодательства. http://republic.cap.ru/2006_42/102.HTM
4. На сайте содержится информационный блок «Большая библиотека юриста». www.pravovest.ru – Москва garantmoscow.ru – Москва
5. [Ассоциация коммуникационных агентств России – информационная система \(akarussia.ru\)](http://akarussia.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

- 1) Образовательная платформа Юрайт (urait.ru)
- 2) Университетская библиотека ONLINE (biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система <https://www.garant.ru/>
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система (fgosvo.ru)
5. Правотека.ру. Портал правовой помощи Адрес ресурса: <http://pravoteka.ru/publications>
6. Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Мульти-платформа InSport – профессиональная база данных (insportexpo.com)
3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Правовые основы адаптивной физической культуры для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиля «Адаптивное физическое воспитание» очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр для очной формы обучения, 7 для заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по теме: «Основы законодательства Российской Федерации в сфере адаптивной физической культуры и о социальной защиты инвалидов»	2 неделя	10
2	Тестирование по теме: «Управление сферой адаптивной физической культуры. Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры»	3 неделя	10
3	Тестирование по теме: «Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом»	4 неделя	10
4	Тестирование по теме: «Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов»	5 неделя	10
5	Тестирование по теме: «Правовые основы адаптивного спорта»	6 неделя	10
6	Устный опрос по теме: «Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО»	7 неделя	6
7	Устный опрос по теме: «Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры»	8 неделя	6
8	Тестирование по теме: «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»	9 неделя	10
9	Посещение занятий	В течение семестра	8
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата на тему: «Основы законодательства Российской Федерации в сфере адаптивной физической культуры и о социальной защиты инвалидов»	9
2	Написание реферата на тему: «Управление сферой адаптивной физической культуры. Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры»	9
3	Написание реферата на тему: «Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом»	9
4	Написание реферата на тему: «Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов»	9
5	Написание реферата на тему: «Правовые основы адаптивного спорта»	9
6	Написание реферата на тему: «Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО»	9
7	Написание реферата на тему: «Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры»	9
8	Написание реферата на тему: «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»	9

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра экономики и права

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.21 ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»**

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

Профиль: Адаптивное физическое
воспитание, Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины: 3 для очной формы обучения, 7 для заочной формы обучения.

3.Цель освоения дисциплины: формирование у студентов направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» знаний в области правового регулирования физической культуры и спорта, овладение ими умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач	3		7
УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	3		7
УК-2.3	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	3		7
ОПК-15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики			
ОПК-15.1	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации;	3		7

	- законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите ; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования			
ОПК-15.2	Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям	3		7

	договоров			
ОПК-15.3	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований	3		7
15	всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики			
ОПК-15.1	Знать: основные положения действующего законодательства в области адаптивной физической культуры	3		7
ОПК-15.2	Уметь: оперативно находить нужную информацию в нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций	3		7
ОПК-15.3	Владеть: навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности	3		7

5.Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы законодательства Российской Федерации в сфере адаптивной физической культуры и социальной защиты инвалидов	3	1	3	6		
2	Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры	3	1	2	6		
3	Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом	3	1	3	6		
4	Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	3	1	2	6		
5	Правовые основы адаптивного спорта	3	0,5	2	6		
6	Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО	3	0,5	2	6		
7	Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры	3	0,5	2	6		
8	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	3	0,5	2	6		
Итого часов: 72			6	18	48		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы законодательства Российской Федерации в сфере	7	0,5	1	8		
	адаптивной физической культуры и социальной защиты инвалидов						
2	Управление сферой адаптивной физической культуры. Тенденции и плановые показатели развития адаптивной физической культуры	7	0,5	1	8		
3	Правовые основы организации занятий адаптивной физической культурой и спортом	7	0,5	0,5	8		
4	Создание условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	7	0,5	0,5	8		
5	Правовые основы адаптивного спорта	7		0,5	8		
6	Адаптивная физическая культура и спорт и комплекс ГТО	7		1,5	8		
7	Правовой статус специалиста в области адаптивной физической культуры	7		0,5	8		
8	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий	7		0,5	8		
Итого часов: 72			2	6	64		Зачет

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.22 Методика преподавания плавания»

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

Направленность (профили): «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 9 от «27» апреля 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло
Протокол №01 от «02» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло
Протокол № от « » 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло
Протокол № от « » 20 г.

Составитель:

Павлова Т.Н., к.п.н., доцент, доцент кафедры теории и методики
спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и
водного

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

- 1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.О.22 Методика преподавания плавания»:** подготовка квалифицированных специалистов в области адаптивной физической культуры, в частности, грамотное проведение процесса обучения плаванию.

Дисциплина реализуется на русском языке.

- 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Программа дисциплины «Б1.О.22 Методика преподавания плавания» цикла составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ВО) с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы (ПрООП), на основе учебного плана по направлениям подготовки ФГОС ВО третьего поколения по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- ФГОС ВО и учебный план по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Дисциплина «Б1.О.22 Методика преподавания плавания», являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного и естественно-научного цикла, ориентирована на познание части культуры, являющейся специфическим фактором совершенствования естественных (природных) качеств и способностей человека, оптимизации физического развития и восстановления здоровья в целом.

В ходе освоения данной дисциплины студент приобретает знания о теоретических основах плавания как средства поддержания работоспособности и рекреации; методике проведения занятий плаванию с

учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; составлении конспекта занятий по плаванию. В процессе обучения студент приобретает навыки проведения занятий по обучению плаванию и личный опыт выполнения упражнений.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
	наименование		
1	3	5	7
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	3	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3	5

4. Структура и содержание дисциплины «Б1.О.22 Методика преподавания плавания»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы**, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	3	1		2		
2	Техника спортивных способов плавания	3	0,5	14	20		
2.1	Кроль на груди			4	6		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс			4	6		
2.4	Баттерфляй (дельфин)			2	2		
2.5	Простые повороты			1	1		
2.6	Стартовый прыжок			1	1		
3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	3	0,5	14	20		
3.1	Начальное обучение плаванию			6	8		
3.2	Обучение спортивным способам плавания			8	12		
Итого часов: 72			2	28	42		Зачет

Заочная форма

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	7			4		
2	Техника спортивных способов плавания	7	2	6	28		
2.1	Кроль на груди		1	2	6		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс			2	8		
2.4	Баттерфляй (дельфин)				4		
2.5	Простые повороты				4		
2.6	Стартовый прыжок		1		2		

3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	7		2	30		
3.1	Начальное обучение плаванию				10		
3.2	Обучение спортивным способам плавания			2	20		
Итого часов: 72			2	8	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Зачет состоит из 2-х частей: практической и теоретической.

Практическая часть:

1. Техника спортивных способов плавания: кроль на груди; кроль на спине; брасс.
2. Методика обучения плаванию: написание конспектов урока по начальному обучению и по обучению спортивному способу плавания и проведение части урока по начальному обучению и обучению спортивному способу плавания.
3. Посещение занятий.

Теоретическая часть: оценка знаний студентов по основным темам учебной программы.

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Техника движений ногами в способе кроль на груди.
2. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе кроль на спине.
3. Техника движений ногами в способе кроль на спине.
4. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе кроль на груди.
5. Оздоровительное значение плавания.
6. Техника движений ногами в способе брасс на груди.

7. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе брасс на груди.
8. Основные принципы обучения в плавании.
9. Техника движений ногами в способе баттерфляй (дельфин).
10. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе брасс на спине.
11. Техника движений ногами в способе брасс на спине.
12. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе баттерфляй (дельфин).
13. Техника движений руками и дыхания в способе кроль на груди.
14. Методика обучения движениям ногами в способе кроль на спине.
15. Особенности обучения плаванию инвалидов по слуху.
16. Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с нарушениями опорно- двигательного аппарата.
17. Техника движений руками и дыхания в способе кроль на спине.
18. Методика обучения движениям ногами в способе кроль на груди.
19. Техника движений руками и дыхания в способе брасс на груди.
20. Методика обучения движениям ногами в способе брасс на груди.
21. Техника безопасности и организация занятий в бассейнах и на открытых водоемах.
22. Техника движений руками и дыхания в способе баттерфляй (дельфин).
23. Урок как основная форма организации занятий по обучению плаванию.
24. Методика обучения движениям ногами в способе баттерфляй (дельфин).
25. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на груди.
26. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на спине.
27. Плавание в системе адаптации лиц с ограниченными возможностями.
28. Методика обучения открытым поворотам.

29. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе брасс на груди.
30. Методика обучения закрытым поворотам.
31. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе баттерфляй (дельфин).
32. Техника выполнения открытых поворотов.
33. Техника выполнения закрытых поворотов.
34. Особенности материально-технического обеспечения и оборудования бассейнов для лиц с ограниченными возможностями.
35. Методика обучения упражнениям по освоению с водой.
36. Комплекс упражнений по совершенствованию техники кроля на груди.
37. Техника выполнения стартового прыжка.
38. Комплекс упражнений по совершенствованию техники кроля на спине.
39. Техника выполнения старта из воды.
40. Комплекс упражнений по совершенствованию техники брасса на груди.
41. Методика обучения согласованию движениям ногами, руками и дыхания в способе кроль на груди.
42. Методика обучения согласованию движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на спине.
43. Методика обучения согласованию движений ногами, руками и дыхания в способе брасс на груди.
44. Применение игр для освоения занимающихся с водной средой.
45. Особенности обучения плаванию инвалидов по зрению.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Б1.О.22 Методика преподавания плавания» .

а) Основная литература:

- 1) 1. Плавание : учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 344 с. <https://urait.ru/bcode/516455>
- 2) Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 344 с. <https://urait.ru/bcode/516564>

б) Дополнительная литература:

1. Плавание : курс лекций / Т.Н. Павлова, С.М. Никитина, И.В. Чеботарева, Е.А. Мехтелева .— Москва : РГУФКСМиТ, 2015 .— 136 с. : ил. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/586386>
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание : учеб. пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2016 .— 121 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/640995>
3. Адаптивное плавание : учебник для вузов / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 366 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18621-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545181>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Федерация водных видов спорта России – <https://www.russwimming.ru/>
2. Международная федерация водных видов спорта Worldaquatics –<https://www.worldaquatics.com>.
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).

4. Федеральная государственная информационная система «Спорт» – <https://sportrf.gov.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- Программное обеспечение дисциплины (модуля):

5. Операционная система – Microsoft Windows 10;
6. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
7. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
8. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Электронные библиотечные системы:

9. Образовательная платформа Юрайт (<https://urait.ru>)
10. Электронная библиотечная система «Рукопт» (lib.rucont.ru)

- Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

– Информационный портал «Информпо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

– Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (infosport.ru)

– Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система (fgosvo.ru)

–Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система
profstandart.rosmintrud.ru

–Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
<https://cyberleninka.ru/>

- Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

11. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>

12. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта: Статистическая информация – профессиональная база данных
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

13. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО <https://gto.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Зал «сухого плавания».
4. Плавательные бассейны длиной 25м и 50м.
5. Инвентарь: плавательные доски, круги, шесты, секундомер.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.23 Частная патология»

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

Профиль: физическая реабилитация, лечебная физическая культура, адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса
Протокол №89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составители:

Иванова Надежда Леонидовна, к.п.н., доц., доцент кафедры физической
реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., доцент, профессор кафедры спортивной
медицины

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: получение знаний по этиологии, патогенезу, клинической картине и основным методам лечения травм и заболеваний различных систем организма человека с целью в дальнейшем грамотного применения средств физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

Язык обучения: русский.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.О.23 «Частная патология» относится к базовой части ООП, преподается на 2 курсе обучения (в 3 семестре) - очная и заочная формы обучения.

Эта дисциплина введена в стандарт в связи с требованием расширения и углубления медицинских знаний студентов в области частной патологии, необходимых студентам всех профилей направления подготовки 49.03.02.

Невозможно стать грамотным бакалавром в области адаптивной физической культуры, не зная этиологию, патогенез, лечение и клиническую картину различных повреждений и заболеваний. Изучение этого материала, а также применяемых методов лечения и реабилитации позволяет студентам понять, какое место занимают физические упражнения и другие физические факторы в реабилитации больных и травмированных.

Только в этом случае, когда специалист знает и понимает, что происходит в организме больного в разные периоды заболевания, он может грамотно и эффективно выбрать, и применить различные физические средства реабилитации.

Чтение курса «Частная патология» должно осуществляться таким образом, чтобы подчеркивались те вопросы и моменты, которые особенно важны для выбора средств и методики их применения в адаптивной физической культуре и физической реабилитации, а также в первичной и вторичной профилактике.

Изучение курса «Частная патология» должно начинаться после того, как студенты закончили, или заканчивают изучение таких дисциплин, как анатомия, физиология, общая патология и тератология, комплексная реабилитация больных и инвалидов, и опережать изучение профильных дисциплин вариативной части.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Частная патология», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК – 8	ОПК-8: Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	3
ОПК – 8.1.	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и	3	3

	повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология и ортопедия		4	6	15		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	2	-	2		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	-	1	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	1	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	1	2		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	1	2		
1.6	Нарушения осанки, сколиотическая болезнь, плоскостопие		2	2	5		
2	Заболевания органов дыхания		2	6	15		
2.1	Пневмония и плеврит	3	2	2	4		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	2	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких	3	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких и пневмосклероз	3	-	1	3		

3	Болезни системы кровообращения		2	6	15		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	1	1	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	1	1	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	1	2		
3.4	Пороки сердца	3	-	1	3		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	1	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	1	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		2	6	15		
4.1	Гастриты	3	1	-	2		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	1	-	2		
4.3	Дисфункция кишечника	3	-	1	2		
4.4	Энтероптозы	3	-	1	1		
4.5	Хронический холецистит	3	-	0,5	1		
4.6	Хронический панкреатит	3	-	0,5	1		
4.7	Сахарный диабет	3	-	1	2		
4.8	Ожирение	3	-	1	2		
4.9	Подагра	3	-	1	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		2	6	10		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	1	4	6		
5.2	Почечнокаменная болезнь	3	1	2	4		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		4	6	22		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	2	-	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	2	-	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	2	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	2	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	1	4		
6.6	Неврозы	3	-	1	2		
Итого часов: 144			16	36	92		Дифф. зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология и ортопедия		2	1	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	1	-	4		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	-	0,5	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	0,5	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	-	4		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	-	4		
1.6	Нарушения осанки, сколиотическая болезнь, плоскостопие		1	-	6		
2	Заболевания органов дыхания		-	2	22		
2.1	Пневмония и плеврит	3	-	0,5	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	0,5	6		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких	3	-	0,5	6		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких и пневмосклероз	3	-	0,5	4		
3	Болезни системы кровообращения		-	2	22		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	-	0,5	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	-	0,5	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	0,5	4		
3.4	Пороки сердца	3	-	0,5	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	-	4		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	-	4		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	1	22		
4.1	Гастриты	3	-	0,5	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	-	0,5	4		
4.3	Дисфункция кишечника	3	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	3	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	3	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	3	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	3	-	-	2		
4.8	Ожирение	3	-	-	2		

4.9	Подагра	3	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		-	1	22		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	-	0,5	12		
5.2	Почечнокаменная болезнь	3	-	0,5	10		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		-	3	22		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	-	0,5	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	-	0,5	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	0,5	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	0,5	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	0,5	4		
6.6	Неврозы	3	-	0,5	2		
Итого часов:		144	2	10	132		Дифф. зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является дифференцированный зачет.

Перечень примерных вопросов для подготовки к дифф. зачету по курсу «Частная патология»

1. Дайте определение понятия травма и охарактеризуйте виды травматизма.
2. Виды травм и их общая характеристика.
3. Перечислите современные методы лечения в травматологии.
4. Понятие о травматической болезни. Этиопатогенез. Клиническая картина.
5. Дайте определение понятия «перелом», его признаки. Виды переломов.
6. Перелом лопатки. Причины, клинические симптомы, иммобилизация и лечение.
7. Вывихи и переломы ключицы. Этиология, клиническая картина, иммобилизация и лечение.
8. Переломы проксимального и дистального конца плечевой кости. Причины, клиническая картина, иммобилизация и лечение.
9. Вывихи в плечевом суставе: этиология, симптоматика, лечение.
10. Этиопатогенез и клинические проявления привычного вывиха плеча, основные методы лечения.
11. Охарактеризуйте повреждения предплечья, их симптоматику, иммобилизацию и лечение.
12. Опишите повреждения костей кисти (переломы и вывихи костей запястья, пястных костей и фаланг пальцев): этиология, клинические проявления, лечение.
13. Переломы диафиза бедренной кости. Этиология, клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.
14. Переломы бедренной кости в области тазобедренного сустава. Клиническая картина. Иммобилизация. Виды лечения.

15. Дайте характеристику повреждений в коленном суставе: этиология, клинические проявления, методы лечения.
16. Повреждения менисков коленного сустава. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение.
17. Повреждения боковых и крестообразных связок коленного сустава. Симптоматика. Лечение.
18. Внутрисуставные переломы бедра и большеберцовой кости в коленном суставе. Клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.
19. Перечислите повреждения голени и опишите их клиническую картину, виды иммобилизации и лечение.
20. Переломы лодыжек, причины, клиническая картина, иммобилизация, лечение.
21. Перечислите переломы костей стопы и охарактеризуйте их клиническую картину, иммобилизацию и лечение.
22. Компрессионные переломы тел позвонков. Этиопатогенез. Симптоматика. Лечение.
23. Перечислите виды переломов костей таза.
24. Перелом тазового кольца без нарушения непрерывного тазового кольца. Этиопатогенез, симптоматика, иммобилизация и лечение.
25. Дайте характеристику перелома Мальгенья и его лечение.
26. Перелом вертлужной впадины. Этиопатогенез. Симптоматика, лечение.
27. Осанка, понятие о нарушении осанки. Нарушения осанки в сагиттальной и фронтальной плоскостях: их характеристика. Лечение.
28. Сколиотическая болезнь: понятие, классификация, этиология, патогенез, клиническая картина, лечение.
29. Понятие о плоскостопии, виды, клиническая картина, лечение.
30. Понятие о пневмонии, причины возникновения, основные клинические синдромы, методы лечения.
31. Сухой и экссудативный плевриты: характеристика причин возникновения, клинические проявления, средства лечения.
32. Бронхиальная астма: понятие, этиопатогенез, клинические проявления, лечение и профилактика.
33. Дайте определение заболеванию «эмфизема легких», этиология, патогенез, основные клинические симптомы, средства лечения.
34. Бронхиты: понятие, этиопатогенез, клинические проявления, лечение и профилактика.
35. Понятие о бронхоэктатической болезни: определение, причины возникновения, основные стадии развития болезни, лечение и профилактика.
36. Хроническая обструктивная болезнь легких: определение, причины возникновения, основные клинические симптомы, методы лечения.
37. Пневмосклероз: определение, этиология, патогенез, клиническая картина, лечение.
38. Эпидемиология заболеваний системы кровообращения. Понятие об острой и хронической недостаточности кровообращения (ХНК). Степени ХНК.
39. Атеросклероз. Эпидемиология. Этиология. Факторы риска в возникновении атеросклероза.
40. Дайте определения понятия «ишемическая болезнь сердца» и охарактеризуйте ее клинические формы.
41. Ишемическая болезнь сердца (ИБС). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиника. Лечение и реабилитация.
42. Функциональные классы при ИБС и их определение.
43. Стенокардия покоя и напряжения. Формы стенокардии по течению: редкие приступы, стабильная и нестабильная стенокардия, прединфарктное состояние.
44. Инфаркт миокарда (ИМ). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиника и течение. Лечение и реабилитация.
45. Классификация ИМ по величине и локализации. Четыре степени тяжести миокарда.
46. Лечение ИМ медикаментозное и немедикаментозное. Двигательные режимы в разные периоды заболевания.
47. Понятие «порок сердца». Приобретенные пороки сердца: этиология, виды, патогенез, клинические проявления, лечение.

48. Врожденные пороки сердца: понятие, этиология, патогенез, клинические проявления, основные методы лечения.
49. Гипертоническая болезнь. Этиопатогенез. Классификация. Клиническая картина гипертонической болезни. Лечение, профилактика.
50. Понятие о гипотонической болезни первичной и вторичной. Этиопатогенез. Клинические симптомы, Лечение, профилактика.
51. Дайте определение понятия нейроциркуляторная дистония (НЦД). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение и реабилитация.
52. Облитерирующий эндартериит. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение и реабилитация.
53. Варикозное расширение вен нижних конечностей. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническое течение и лечение.
54. Дайте характеристику острых и хронических гастритов, их течения, клинической картины и лечения.
55. Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина, течение и лечение.
56. Воспалительные заболевания кишечника. Атонические и спастические колиты. Этиология и патогенез. Клиническая картина. Методы лечения.
57. Дискинезия кишечника. Атонические и спастические колиты. Этиология и патогенез. Клиническая картина. Методы лечения.
58. Опухание органов брюшной полости. Этиопатогенез. Клиническая картина. Методы лечения.
59. Хронический холецистит. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.
60. Хронический панкреатит. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.
61. Сахарный диабет. Этиопатогенез. Клиническая картина и клинические формы. Течение. Методы лечения и профилактика.
62. Подагра. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.
63. Дайте понятие об ожирении. Классификация. Этиопатогенез, клиническая картина и методы лечения.
64. Острый и хронический гломерулонефрит. Этиопатогенез. Клиника. Течение. Методы лечения.
65. Острый и хронический пиелонефрит. Этиопатогенез. Клиническое течение. Методы лечения.
66. Почечнокаменная болезнь. Этиопатогенез. Симптомы. Течение. Методы лечения.
67. В чем различия центральных и периферических параличей. Механизмы патогенеза. Гемипарезы.
68. Виды расстройств кровообращения головного мозга.
69. Клинические и патогенетические различия геморрагических и ишемических инсультов.
70. Патогенетические механизмы клинических проявлений острого и отдаленного периодов черепно-мозговой травмы.
71. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Патогенез развития основных клинических проявлений при повреждениях спинного мозга.
72. Клиническая картина позднего периода ТБСМ при повреждении шейного отдела позвоночника.
73. Механизм развития двигательных расстройств при травме поясничного отдела позвоночника.
74. Клиническое проявление остеохондроза позвоночника шейной локализации. Механизмы патогенеза.
75. Симптоматика поясничного остеохондроза позвоночника. Периоды течения заболевания.
76. Симптоматика поражений нервных сплетений и нервных стволов верхних и нижних конечностей.
77. Основные этиологические факторы развития полиневритов, клинические проявления.
78. Клинические проявления функциональных расстройств нервной системы (неврозы).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Иванова, Н.Л. Частная патология: разд.: "Заболевания органов дыхания", "Болезни системы кровообращения", "Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ", "Заболевания мочевыдел. системы": курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.03.02: профили подгот.: "Физ. реабилитация", "Лечеб. физ. культура", "Адапт. физ. воспитание": квалификация выпускника - бакалавр: формы обучения: оч., заоч. / Иванова Н.Л., Добрынина Л.А.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и оздоровит. физ. культуры им. И.М. Саркизов-Серазини. - Москва, 2023. – 127 с. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf>

2. Иванова, Н.Л. Частная патология: разд.: "Травматология и ортопедия", "Заболевания и повреждения нерв. системы": курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.03.02: профиль подгот.: "Физ. реабилитация", "Лечеб. физ. культура", "Адапт. физ. воспитание": квалификация выпускника - бакалавр: формы обучения: оч., заоч. / Иванова Н.Л., Добрынина Л.А.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и оздоровит. физ. культуры им. И.М. Саркизова-Серазини. - Москва, 2023. - 103 с. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363658.pdf>

б) Дополнительная литература:

1. Жук, И.А. Общая патология: учеб. пособие / И.А. Жук. - Москва: Колос-с, 2018. - 200 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641108>

2. Жук, И.А. Общая патология и тератология: учебник / И.А. Жук, Е.В. Карякина; И.А. Жук. – Изд. 2-ое, перераб. и доп. - Москва: РГУФКСМиТ, 2011. - 138 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/202929>

3. Ланская, О.В. Частная патология мочевыделительной системы: учеб. пособие / О.В. Ланская. - Великие Луки: Великолукская государственная академия физич. культуры и спорта, 2011. - 77 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/258907>

4. Частная патология: методические рекомендации для подготовки к семинарским и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины. - Москва: РГУФКСМиТ, 2012. - 181 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/202919>

в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал. - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
- 3) Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» (<https://cyberleninka.ru/>)
- 4) Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).
- 5) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)
- 6) [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicininform.net\)](http://medicininform.net)
- 7) Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy) <https://world.physio/>.
- 3) [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Частная патология для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилям ФР, ЛФК, АФВ очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная форма обучения).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «Заболевания органов дыхания»	7 неделя	5 баллов
2	Контрольная работа по разделу «Болезни системы кровообращения»	10 неделя	5 баллов
3	Устный опрос по разделу «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ»	13 неделя	5 баллов
4	Контрольная работа по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы»	16 неделя	5 баллов
5	Задание 1. Презентация по разделам 1-3	5-9 неделя	12 баллов
6	Задание 2. Презентация по разделам 4-6	10-15 неделя	12 баллов
7	Посещение занятий	В течение семестра	26 баллов (1 зан.- 1 балл, всего 26 занятий)
	Дифф. зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «Заболевания органов дыхания»	5 баллов
2	Контрольная работа по разделу «Болезни системы кровообращения»	5 баллов
3	Устный опрос по разделу «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ»	5 баллов
4	Контрольная работа по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы»	5 баллов
5	Задание 1. Презентация по разделам 1-3	15 баллов
6	Задание 2. Презентация по разделам 4-6	15 баллов

III.ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV.ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Частная патология для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилям ФР и АФВ заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «Заболевания органов дыхания»		5 баллов
2	Контрольная работа по разделу «Болезни системы кровообращения»		5 баллов
3	Устный опрос по разделу «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ»		5 баллов
4	Контрольная работа по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы»		5 баллов
5	Задание 1. Презентация по разделам 1-3		12 баллов
6	Задание 2. Презентация по разделам 4-6		12 баллов
7	Посещение занятий	В течение семестра	26 баллов (1 зан. - 4,3 б., всего 6 занятий)
	Дифф. зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «Заболевания органов дыхания»	5 баллов
2	Контрольная работа по разделу «Болезни системы кровообращения»	5 баллов
3	Устный опрос по разделу «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ»	5 баллов
4	Контрольная работа по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы»	5 баллов
5	Задание 1. Презентация по разделам 1-3	15 баллов
6	Задание 2. Презентация по разделам 4-6	15 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.23 Частная патология»

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

Профиль: физическая реабилитация, лечебная физическая
культура, адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва - 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: 4 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 3 семестр (очная и заочная формы обучения).

3. Цель освоения дисциплины: получение знаний по этиологии, патогенезу, клинической картине и основным методам лечения травм и заболеваний различных систем организма человека с целью в дальнейшем грамотного применения средств физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК – 8	ОПК-8: Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	3
ОПК – 8.1.	ОПК-8.1. Знает: - основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности; - наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений; - особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста; - особенности реабилитации при различных видах инвалидности; - основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения; - гигиенические основы физкультурно- спортивной деятельности и материально техническое обеспечение в физической реабилитации; - психологические особенности занимающихся физическими упражнениями.	3	3

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология и ортопедия		4	6	15		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	2	-	2		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	-	1	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	1	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	1	2		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	1	2		
1.6	Нарушения осанки, сколиотическая болезнь, плоскостопие		2	2	5		
2	Заболевания органов дыхания		2	6	15		
2.1	Пневмония и плеврит	3	2	2	4		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	2	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких	3	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких и пневмосклероз	3	-	1	3		
3	Болезни системы кровообращения		2	6	15		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	1	1	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	1	1	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	1	2		
3.4	Пороки сердца	3	-	1	3		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	1	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	1	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения		2	6	15		

	обмена веществ.						
4.1	Гастриты	3	1	-	2		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	1	-	2		
4.3	Дисфункция кишечника	3	-	1	2		
4.4	Энтероптозы	3	-	1	1		
4.5	Хронический холецистит	3	-	0,5	1		
4.6	Хронический панкреатит	3	-	0,5	1		
4.7	Сахарный диабет	3	-	1	2		
4.8	Ожирение	3	-	1	2		
4.9	Подагра	3	-	1	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		2	6	10		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	1	4	6		
5.2	Почечнокаменная болезнь	3	1	2	4		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		4	6	22		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	2	-	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	2	-	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	2	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	2	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	1	4		
6.6	Неврозы	3	-	1	2		
Итого часов: 144			16	36	92		Дифф. зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология и ортопедия		2	1	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	1	-	4		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	-	0,5	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	0,5	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	-	4		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	-	4		
1.6	Нарушения осанки, сколиотическая болезнь, плоскостопие		1	-	6		

2	Заболевания органов дыхания		-	2	22		
2.1	Пневмония и плеврит	3	-	0,5	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	0,5	6		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких	3	-	0,5	6		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких и пневмосклероз	3	-	0,5	4		
3	Болезни системы кровообращения		-	2	22		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	-	0,5	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	-	0,5	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	0,5	4		
3.4	Пороки сердца	3	-	0,5	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	-	4		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	-	4		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	1	22		
4.1	Гастриты	3	-	0,5	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	-	0,5	4		
4.3	Дисфункция кишечника	3	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	3	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	3	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	3	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	3	-	-	2		
4.8	Ожирение	3	-	-	2		
4.9	Подагра	3	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		-	1	22		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	-	0,5	12		
5.2	Почечнокаменная болезнь	3	-	0,5	10		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		-	3	22		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	-	0,5	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	-	0,5	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	0,5	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	0,5	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	0,5	4		
6.6	Неврозы	3	-	0,5	2		
Итого часов:		144	2	10	132		Дифф. зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.24 Теория и методика физической культуры»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная
физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 1 от «27» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теоретико-методических основ физической культуры и спорта
(наименование)
Протокол № 23 от «21» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № 22 от 21 июня 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теоретико-методических основ физической культуры и спорта
(наименование)
Протокол № 2 от «06» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Гасанова – Матвеева Земфира Арифовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры
ТМОФКиС ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

Матвеев Лев Павлович – д.п.н., профессор, заслуженный деятель науки РСФСР.

Рецензент:

Цыганков Эрнест Сергеевич – д.п.н., профессор кафедры ТиМ прикладных
видов спорта и экстремальной деятельности

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Данная общепрофилирующая дисциплина преследует **цель** сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту, заложить необходимые для этого знания, научить успешно пользоваться ими. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» относится к базовой части ОПОП и реализуется на III («Теория и методика физической культуры») и IV семестре («Теория спорта») очной формы обучения. На заочной форме обучения дисциплина читается на III и IV семестре.

Предусматривается, что преподавание обобщающего предмета теории и методики физической культуры необходимо дополнять передачей соответствующих ему знаний в рамках бюджета учебного времени, выделенного на специальные дисциплины, в частности на специализации, предусматривающие подготовку методистов по физкультурной реабилитации и адаптивной физической культуре.

К числу теоретических дисциплин обязательно предшествующих освоению данного курса на очной форме обучения можно отнести:

Б1.Б.12 - анатомия человека;

Б1.О.15- физиология;

Б1.О.12- психология;

Б1.О.20- педагогика.

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» предшествует освоению следующих теоретических и практических дисциплин на очной форме обучения:

Б2.В.01(У) Педагогическая практика;

К числу теоретических дисциплин обязательно предшествующих освоению данного курса на заочной форме обучения можно отнести:

Б1.О.11- анатомия человека;

Б1.О.15- физиология;

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» предшествует освоению следующих теоретических и практических дисциплин на заочной форме обучения:

Б2.В.01(У) Педагогическая практика;

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся; ОПК-13.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфо-функционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; -биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;	3	3
		4	4

	- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;		
	ОПК-13.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека;		

	- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Трудоемкость составляет 5 з.е., 180 ак.ч.

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6		7
	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	III	2	6	10		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2	2	2		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе				2		
3.	Система физической культуры в обществе			2	2		
4.	Общие и специфические функции физической культуры				2		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития			2	2		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания	III	8	16	30		
1.	<i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i> Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				4		

2.	Средства и методы в физическом воспитании		2	2	4		
3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию		2	2			
4.	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i> Основы обучения двигательным действиям		2		4		
5.	Воспитание двигательно-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей			2	4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей			2	4		
7.	Воспитание выносливости			2	2		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения			2	2		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				2		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании		2	2	2		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании			2	2		
	Итого за 3 семестр: 72		10	22	40		Зачет
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры	IV	16	30	53		Курсовой проект
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста		2	5	8		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста		2	5	9		

3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи		4	5	9		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся		2	5	9		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста		2	5	9		
6.	Логика и методология теоретических исследований физической культуры		4	5	9		
						9	Экзамен
	Итого за 4 семестр: 108		16	30	53	9	Экзамен
	Всего: 180		26	52	93	9	

Заочная форма

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7		8

	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	3	2		20		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2		4		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе	3			4		
3.	Система физической культуры в обществе	3			4		
4.	Общие и специфические функции физической культуры	3			4		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития	3			4		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания	3		4	46		
	<i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>						
1.	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания	3			4		
2.	Средства и методы в физическом воспитании	3		2	4		
3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию	3			4		
	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>	3			4		
4.	Основы обучения двигательным действиям	3			4		

5.	Воспитание двигательных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей	3			4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей	3		2	4		
7.	Воспитание выносливости	3			4		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения	3			4		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания	3			4		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i>	3					
	Формы построения занятий в физическом воспитании	3			3		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании	3			3		
							Зачет
	Итого за 3 семестр: 72		2	4	66		Зачет
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры. Проектная деятельность	4		4	31		Курсовой проект
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста	4			6		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста	4		2	6		
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи	4			6		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся	4			6		

5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	4		2	7		
1.	Часть IV. Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i> Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия	4	2	4	58		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития	4	2		6		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i> Соревнование как основа специфики спорта	4			6		
4.	Основы системы спортивных соревнований	4		2	6		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i> Общая характеристика системы подготовки спортсмена	4			6		
6.	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)	4			6		
7.	Структура спортивной тренировки	4			7		
8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)	4		2	5		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена	4			5		

10.	Логика и методология теоретических исследований физической культуры	4			5		
		4				9	Экзамен
	Итого за 4 семестр: 108					9	Экзамен
			2	8	89		
	Всего: 180 ч		4				Экзамен
				12	155	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к экзаменам по всему курсу

К разделам: «Введение в предмет» и «Системная характеристика физической культуры»

1. Каковы основные определительные признаки понятия "физическая культура"?
2. Какие три аспекта необходимо иметь в виду, раскрывая современное содержание понятия о физической культуре?
3. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "физическое воспитание"?
4. Назовите понятия, отображающие разновидности процесса физического воспитания. В чем состоит общность и отличительные черты таких понятий?
5. Какими понятиями характеризуются основные результаты благотворного воздействия физической культуры на состояние и развитие человека?
6. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "спорт"? В чем состоит общность и отличие этих понятий?
7. Когда и на какой основе произошло становление общей теории

физической культуры как относительно самостоятельной отрасли научного знания?

8. К какой из сфер научного знания относится теория физической культуры: естественнонаучной, обществоведческой, интегративно-прикладной?

9. Какие основные проблемные "блоки" охватывает общая теория физической культуры?

10. На какие научно-учебные дисциплины подразделяется теория физической культуры по уровню обобщений и, с какими отраслями науки она наиболее тесно связана?

11. Почему физическую культуру относят к общественным явлениям, хотя она имеет биосоциальные основания?

12. Что подразумевается под социальными "функциями" и "формами" физической культуры?

13. Каковы специфические функции физической культуры в обществе? Раскройте их суть применительно к физической культуре в целом и ее отдельным видам и разновидностям.

14. Какие общекультурные функции свойственны физической культуре и какие функциональные связи объединяют ее с другими общественными явлениями?

15. Какие основные факторы и условия влияют на дифференциацию видов и разновидностей физической культуры в обществе?

16. Охарактеризуйте структурно-функциональные особенности следующих видов и разновидностей физической культуры:

- базовой и базово-продолжающей;
- специализированно-прикладной (прикладно-трудовой и военно-прикладной);
- спортивной;
- оздоровительно-рекреативной;
- оздоровительно-реабилитационной;
- повседневно-бытовой (в ее "домашних" малых формах).

17. Какой смысл вкладывают в понятие "система физической культуры", когда имеют в виду крупномасштабное социальное явление?

18. При каких условиях возникает развитая система физической культуры в обществе?

19. Охарактеризуйте типичные черты отечественной системы физической культуры, ее прогрессивные идейные, научно-прикладные, программно-нормативные и организационные истоки.

20. Как повлияли на состояние отечественной системы физической культуры коренные социально-экономические и другие преобразования в укладе жизни, произошедшие у нас в стране в конце XX века?

21. Какие задачи по развитию физической культуры и спорта в новой России выдвинуты в государственных установках социальной политики на ближайшую перспективу?

К разделу: «Общие основы теории и методики физического воспитания»

22. Какова роль физического воспитания в направленном воздействии на физическое развитие индивида, в его физическом (физкультурном) образовании, упрочении и сохранении здоровья? В чем состоят специфика физического воспитания и его общие черты, объединяющие с другими видами воспитания?

23. В чем состоит цель, преследуемая в процессе физического воспитания, и как конкретизируется она в основных задачах?

24. Какие разновидности физического воспитания представлены на различных стадиях онтогенеза (возрастного развития индивида) и какие из них становятся основными в тех или иных стадиях?

25. Охарактеризуйте общий комплекс средств воздействия на воспитываемых в процессе физического воспитания.

26. Чем отличаются физические упражнения от других явлений двигательной деятельности человека? Дайте адекватное определение понятия «физическое упражнение», охарактеризуйте формы и содержание физических упражнений, их ближайшие, следовые и кумулятивные эффекты, приведите примеры распространенных классификаций упражнений.

27. Что следует подразумевать под «нагрузкой» при выполнении физических упражнений? Назовите параметры объема и интенсивности физических нагрузок, учитываемые при их применении, укажите типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения упражнений.

28. В чем состоят особенности методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов? Приведите классификацию методов строго регламентированного упражнения, укажите разновидности игрового и соревновательного методов.

29. Какие принципы имеют кардинальное регламентирующее значение в физическом воспитании? Укажите три уровня таких принципов.

30. Охарактеризуйте специфические принципы построения физического воспитания и закономерности, лежащие в их основе.

31. Какие конкретные задачи решаются в процессе обучения двигательным действиям? Охарактеризуйте последовательность их решения по этапам обучения двигательному действию.

32. Раскройте особенности методики начального и углубленного разучивания двигательного действия, результирующей отработки его, в том числе методики управления формированием ориентировочной основы действия, становлением двигательного умения и навыка.

33. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания двигательных способностей и их компонентов.

34. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания собственно силовых, скоростно-силовых и скоростных способностей.

35. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания комплексной, общей аэробной и специальной (специфи-

ческой) выносливости.

36. Какие задачи по воздействию на осанку, гибкость тела и компоненты телосложения решаются в процессе физического воспитания? Каковы средства и основы методики их реализации? В чем суть взаимосвязей физического и нравственного воспитания, физического и эстетического воспитания, физического и интеллектуального воспитания?

37. В силу чего физическое воспитание играет незаурядную роль в воспитании волевых качеств индивида? Раскройте основы методики воспитания волевых качеств в процессе физического воспитания.

38. На какие группы подразделяются формы построения отдельных занятий в процессе физического воспитания? В чем состоят их общие и отличительные черты?

39. Охарактеризуйте общую структуру занятия физическими упражнениями урочного типа, последовательность и соотношение его различных частей.

40. Что такое общая и моторная «плотность» занятия физическими упражнениями? Как ее определить и регулировать?

41. Какие способы организации деятельности занимающихся оправданно применяются в урочных формах занятий физическими упражнениями?

42. В чем смысл «принципа» перманентного планирования и контроля процесса физического воспитания? Какие виды планирования и контроля используются при организации процесса физического воспитания?

43. Охарактеризуйте объекты и операции перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания.

44. Охарактеризуйте объекты и способы выполнения операций оперативно-текущего и этапного контроля процесса и результатов физического воспитания.

К разделу "Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры "

45. Какое значение имеют так называемые "чувствительные" ("сенситивные") периоды возрастного физического развития для рационального построения физического воспитания подрастающего поколения?

46. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста?

47. Почему урочная форма занятий физическими упражнениями считается особенно важной в школьной физической культуре?

48. Какие основные особенности свойственны курсу физического воспитания учащихся младшего школьного возраста?

49. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей подросткового возраста?

50. Какие основные особенности характеризуют физкультурную деятельность учащихся старшего школьного возраста?

51. В чем состоят основные обязанности учителя физической культуры по оптимизации состояния здоровья учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе?

52. Каковы основные задачи специалиста физической культуры по рационализации семейного физического воспитания?
53. В чем заключаются основные особенности курса физического воспитания в средних специальных учебных заведениях?
54. Как построен курс физического воспитания в вузах? Каковы особенности его содержания?
55. В чем состоят особенности обязательного курса физического воспитания детей и молодежи, вовлеченных в спорт высших достижений?
56. Каковы современные представления о нормах физкультурно-оптимизированной двигательной активности в повседневном режиме жизни людей зрелого возраста?
57. В чем состоят основные особенности физкультурно-кондиционной тренировки людей зрелого возраста?
58. В каком направлении следует регламентировать спортивную деятельность спортсменов-ветеранов?
59. Каковы основные особенности содержания и методики производственной физической культуры?
60. В чем состоят основные методические правила использования физических упражнений в условиях повседневного домашнего быта ("зарядки" и других "малых форм" физической культуры)?
61. Как следует регламентировать общую динамику нагрузок по мере старения организма (возрастных инволюционных изменений его физического состояния).

Примерный перечень тем курсовых проектов для обучающихся (параметры проекта конкретизируются под каждый проект):

1. Наставничество.
2. Просветительская работа.
3. Пропаганда здорового образа жизни.
4. Продвижение физической культуры и спорта.
5. Социокультурное пространство.

Обучающийся может выбрать тему курсового проекта из числа предложенных тем, а также самостоятельно предложить тему курсового проекта с обоснованием её целесообразности и вовлечённости в этот проект партнёрской организации. Партнёрскими организациями могут выступать Добро.Центры, ресурсные центры добровольчества.

К подразделу: «Основы теории и методики спорта»

62. Какова сущность спорта и какие тенденции характерны для его современного развития в мире?
64. Охарактеризуйте специфические и общекультурные функции спорта в современном обществе.
65. Какие крупногрупповые градации надо иметь в виду при классифицировании многообразных видов спорта?

66. В чем состоят основные различия и связи общедоступного спорта и спорта высших достижений?
67. Что следует подразумевать под "спортивным состязанием" и "спортивным соревнованием"? Каковы отличительные черты собственно соревновательной деятельности спортсмена? Дайте сжатую характеристику разновидностей соревнований в спорте.
68. Охарактеризуйте требования, предъявляемые спортивными состязаниями к физическим и психическим возможностям спортсмена.
69. Что характеризует отлаженную систему спортивных соревнований?
70. Какие подсистемы включает полноценная система подготовки спортсмена?
71. На каком основании различают физическую, техническую, тактическую и психическую подготовку спортсмена? В чем заключаются особенности и взаимосвязи этих сторон его подготовки (в частности, по направленности, составу средств и методов)?
72. Какая классификация подготовительных упражнений спортсмена является главной при использовании модельно-целевого подхода к построению его подготовки?
73. Каково соотношение основных объективных закономерностей разворачивания подготовки спортсмена и принципов ее построения?
74. Изложите главные положения, лежащие в основе следующих специфических принципов построения подготовки спортсмена:
- принципов максимизации и углубленной специализации,
 - принципов предельной непрерывности и цикличности,
 - принципа последовательного соединения постепенности и предельности в динамике развивающе-тренирующих воздействий,
 - принципа системного сочетания опережающего и адаптивного моделирования соревновательной деятельности,
 - принципа относительной избирательности и единства различных сторон подготовки спортсмена.
75. Что подразумевают под «структурой» спортивно-тренировочного процесса и как классифицируют типы его структур в зависимости от продолжительности его циклов?
76. По каким признакам судят о микроструктуре спортивной тренировки? Какие выделяют разновидности ее микроциклов и какие факторы обуславливают их?
77. Какие факторы и условия построения спортивной тренировки обуславливают ее мезоструктуру? Какие типы мезоциклов (средних циклов) различают в спортивно-тренировочном процессе, каковы их особенности и общие черты?
78. Какие фазы сменяются последовательно в динамике спортивной формы (как состояния оптимальной подготовленности и готовности спортсмена к спортивному достижению) на протяжении макроциклов (больших циклов) подготовительной и соревновательной деятельности спортсмена?
79. Как соотносятся друг с другом фазы динамики спортивной формы и

периоды спортивного макроцикла?

80. Каковы особенности содержания и построения тренировки и соревновательной деятельности спортсмена в основном подготовительном периоде, периоде основных соревнований и переходном периоде спортивного макроцикла?
81. Какие многолетние стадии следуют друг за другом на протяжении многолетнего спортивного пути спортсмена? Каковы основные особенности спортивной подготовки и систем спортивных соревнований в таких стадиях?
82. Изложите сжато современные представления о диагностике спортивной предрасположенности индивида, ее критериях и способах определения. В чем состоит педагогически и личностно-оправданная ориентация индивида на дальние спортивные перспективы?
83. Что подразумевается под "экзофакторами" (внетренировочными и внесоревновательными факторами) подготовки спортсмена, Какие современные требования предъявляются к их полноценному использованию в общем комплексе мер по оптимизации спортивной деятельности (в частности, относительно рационализации общего режима жизни, факторов специализированного питания и других факторов оптимизации восстановительных процессов и содействия поступательному развитию спортивной работоспособности)?
84. Охарактеризуйте в общих чертах современное представление о модельно-целевом подходе к проектированию и практическому построению подготовки спортсмена высокого класса.

К подразделу: «Методологические предпосылки, логика и методы теоретических исследований физической культуры»

85. Какие три уровня методологии познания существенны при исследовании физической культуры?

86. Дайте сжатую характеристику общенаучных интегративных подходов, используемых в исследовании по теории физической культуры?

87. Какие конкретно – методологические установки особенно важны для понимания причинно-следственных связей при исследовании процессов направленного функционирования физической культуры?

88. Охарактеризуйте источники получения фактических материалов, составляющих информационную основу в исследовании физической культуры.

89. По каким этапам разворачивается исследование, посвященное решению научной проблемы, избранной в сфере физической культуры.

90. В чем состоят особенности методов исследовательской деятельности при выявлении проблемной ситуации, постановке проблемы, формулировании рабочей гипотезы, сборе и обработке фактического материала, эмпирической проверке следствий гипотезы и результирующей разработке итоговых положений (на примере проблематики, относящейся к сфере физической культуры)?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л.П. Матвеев .— 4-е изд. — Москва : Спорт, 2021 .— 521 с.
<https://lib.rucont.ru/efd/739883>
2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник [для вузов физ. культуры и спорта] / Л.П. Матвеев .— 7-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 345 с. <https://lib.rucont.ru/efd/727768>

Б) Дополнительная литература:

1. Введение в теорию физической культуры : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / под общ. ред. Л.П. Матвеева. - Москва: ФиС, 1983. - 128 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=9292&DocQuerID=11516127&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. - Москва: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=81362&DocQuerID=11516131&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. - М.: ФиС, 1985. - 192 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=6071&DocQuerID=11516137&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия : [пер. с англ.] / Купер Кеннет. - Москва: ФиС, 1987. - 190 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=32350&DocQuerID=11516146&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: (общ. основы теории и методики физ. воспитания: теорет.-метод. аспекты спорта и проф.-приклад. форм физ. культуры) : учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту / Л.П. Матвеев. - Москва: ФиС, 1991. - 543 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=39632&DocQuerID=11516148&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Матвеев Л.П. - Изд. 2-е, испр. доп. - М.: [Изд-во Рос. гос. акад. физ. культуры], 2002. Ч. 1: Введение в общую теорию физической культуры. - 177 с. - Библиогр.: с. 165-166, в конце гл. - ISBN 5-89022-092-6. - беспл. - 300.00. - 100.00. - 1.00 <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=78612&DocQuerID=11516148&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

8.Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 034300.62 и специальности 034300.62: рек. УМО по образованию в обл. физкультуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физкультура, 2009. - 492 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=172870&DocQuerID=11516148&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

9. Теория и методика физического воспитания : учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР : [в 2 т.] / под. общ. ред.: Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: ФиС, 1976. Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания. - 303 с.: ил. - 0.94 <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=64887&DocQuerID=11516152&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

10. Шолих, М. Круговая тренировка: теорет., метод. и организац. основы од. из соврем. форм использования физ. упражнений в шк. и спортив. тренировке / М. Шолих ; [пер. с нем Л.М. Мирского] ; под общ. ред. Л.П. Матвеева. - 2-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 212 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=355633&DocQuerID=11516155&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Портал популяризации культурного наследия и традиций народов России "Культура.РФ" - <https://www.culture.ru/>.
2. Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных <https://insportexpo.com/>
3. Федеральный портал Российское образование – информационная система <https://edu.ru/>.
4. Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс <https://www.mediasphera.ru/>.
5. Электронная библиотека Grebennikon - <https://grebennikon.ru/>

6. Университетская информационная система Россия - <https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/uis-rossiya>.
7. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> <http://psyfactor.org/partners.htm> Научная электронная библиотека

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:
- программное обеспечение дисциплины (модуля):**

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC;
4. Программный продукт 1С: Университет Проф.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) Электронная библиотечная система «Рукопонт» (lib.rucont.ru).
- 2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
2. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система https://www.garant.ru/](https://www.garant.ru/)
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система <https://profstandart.rosmintrud.ru>
[Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации \(https://emir.gov.ru/\)](https://emir.gov.ru/).
4. [Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](http://fgosvo.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

2. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта: Статистическая информация – профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>
3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО <https://gto.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика физической культуры для обучающихся Института_туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса _2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК), направленность(профиль) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
Очной /заочной форм обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
1	Выступление на групповых занятиях по заданию преподавателя с сообщением на конкретную тему	1-19 неделя	15
2	Активность при обсуждении тематики семинарских занятий	2-19 неделя	14
3	Рубежный контроль № 1 * Рубежный контроль № 2* Рубежный контроль № 3*	8 неделя 15 неделя 19 неделя	15 15 10
5	Посещение занятий	1-19 неделя	11
6	Сдача зачета	По расписанию	20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные и смежные понятия в ТуМФК»	5
2	Выступление на семинаре «Методика воспитания физических качеств в избранном виде спорта»	10
3	Дополнительное тестирование по теме «Общие основы теории и методики физического воспитания»	5
4	Написание реферата по теме «Возрастные и некоторые избирательно-профилированные аспекты теории и методики физической культуры»	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Теория и методика физической культуры» («Теория спорта») для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса _2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК), направленность (профиль) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
Очной/заочной форм обучения**

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен, курсовой проект

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
1	Доклад по темам лекционных занятий	31-42 неделя	32
5	Посещение занятий	23-42 неделя	38
6	Сдача экзамена	По расписанию	30
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Введение в теорию спорта»	5
3	Выступление на семинаре по разделу «Основы теории и методики спорта»	10
4	Подготовка доклада «Основы системы спортивных соревнований»	5
5	Дополнительное тестирование по теме «Подготовка спортсмена как многолетний процесс»	5
6	Написание реферата по теме «Основные стороны подготовки спортсменов»	15

Курсовой проект (4 семестр)

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	Сбор и анализ фактического материала по теме курсового проекта, включая анализ социальных площадок, специализирующихся на теме курсового проекта.	В течение семестра	10
2.	Разработка и защита паспорта проекта	В течение семестра	10
3.	Разработка и предзащита курсового проекта	В течение семестра	20
4.	Практическая реализация проекта. Фото-видеоотчёт, отзывы партнёра(ов) проекта	В течение семестра	20
5.	Оформление отчета по реализации проекта и его защита	В течение семестра	40
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Доклад по определению потребностей целевой аудитории курсового проекта	10
2.	Устное собеседование по целям и задачам курсового проекта	10
3.	Устное собеседование по методологии, инструментам и подходам, выбранных для достижения целей и задач курсового проекта	10
4.	Доклад по определению долгосрочности проекта, его продолжения и развития после завершения курсового проекта	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования

«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.24 Теория и методика физической культуры»

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

Направленность (профиль):
**Физическая реабилитация
Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура**

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 180 часов, 5 зачетных единиц.

2. Семестры освоения дисциплины: 3 и 4 семестры – очная и заочная формы обучения;

3.Целью освоения дисциплины «Теория и методика физической культуры» является: сформировать общие научно – методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту, заложить необходимые для этого знания, научить плодотворно пользоваться ими. Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

ОПК-13 – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся;

5.Краткое содержание дисциплины:

Трудоемкость составляет 5 з.е., 180 ак.ч.

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6		7
	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	III	2	6	10		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2	2	2		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе				2		
3.	Система физической культуры в обществе			2	2		

4.	Общие и специфические функции физической культуры				2		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития			2	2		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания <i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>	III	8	16	30		
1.	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				4		
2.	Средства и методы в физическом воспитании		2	2	4		
3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию		2	2			
	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>						
4.	Основы обучения двигательным действиям		2		4		
5.	Воспитание двигательно-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей			2	4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей			2	4		
7.	Воспитание выносливости			2	2		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения			2	2		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				2		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании		2	2	2		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании			2	2		
	Итого за 3 семестр: 72		10	22	40		Зачет

	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры	IV	16	30	53		Курсовой проект
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста		2	5	8		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста		2	5	9		
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи		4	5	9		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся		2	5	9		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста		2	5	9		
6.	Логика и методология теоретических исследований физической культуры		4	5	9		
						9	Экзамен
	Итого за 4 семестр: 108		16	30	53	9	Экзамен
	Всего: 180		26	52	93	9	

Заочная форма

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	2	3	5	6	7		8
	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	3	2		20		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2		4		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе	3			4		
3.	Система физической культуры в обществе	3			4		
4.	Общие и специфические функции физической культуры	3			4		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития	3			4		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания	3		4	46		
	<i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>						
1.	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания	3			4		
2.	Средства и методы в физическом воспитании	3		2	4		

3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию	3			4		
	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>	3			4		
4.	Основы обучения двигательным действиям	3			4		
5.	Воспитание двигательных координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей	3			4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей	3		2	4		
7.	Воспитание выносливости	3			4		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения	3			4		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания	3			4		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i>	3					
	Формы построения занятий в физическом воспитании	3			3		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании	3			3		
							Зачет
	Итого за 3 семестр: 72		2	4	66		Зачет
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры. Проектная деятельность	4		4	31		Курсовой проект
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста	4			6		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста	4		2	6		

3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи	4			6		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся	4			6		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	4		2	7		
1.	Часть IV. Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i> Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия	4	2	4	58		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития	4	2		6		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i> Соревнование как основа специфики спорта	4			6		
4.	Основы системы спортивных соревнований	4		2	6		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i> Общая характеристика системы подготовки спортсмена	4			6		
6.	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)	4			6		
7.	Структура спортивной тренировки	4			7		

8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)	4		2	5		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена	4			5		
10.	Логика и методология теоретических исследований физической культуры	4			5		
		4				9	Экзамен
	Итого за 4 семестр: 108					9	Экзамен
			2	8	89		
	Всего: 180 ч		4	12	155	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.О.25 ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки:

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019 г.

Рабочая программа
дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024 г.

Составители:

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,
зав. кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры
РГУФКСМиТ;

Громова Ольга Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ;

Мелихов Виталий Вячеславович – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» является: освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.02– Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю *Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация.*

Дисциплина «Теория и организация АФК» относится к дисциплинам обязательной части.

Данная дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся основ знаний в области теории, методики и организации АФК, а также через теоретическую подготовку будущих выпускников к практической работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Дисциплина «Теория и организация АФК» органично связана с другими дисциплинами учебного плана: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры», «Правовые основы адаптивной физической культуры», «Этика общения в адаптивной физической культуре».

Дисциплина «Теория и организация АФК» предшествует и необходима для изучения таких дисциплин, как «Специальная педагогика», «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», «Частные методики адаптивной физической культуры» относящихся к дисциплинам обязательной части учебного плана, а так же дисциплин «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Адаптивный спорт», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата», «Организация физкультурно-массовой работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья», относящихся к части, формируемой участниками образовательных отношений.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	
1	2	3	4
ОПК - 15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	4, 5	
ОПК- 15.1.	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями		

	здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования		
ОПК-15.3.	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.		

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **5 зачетных единиц, 180 академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теоретические основы	4	2	6	8		

	АФК						
2	Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	4	1	2	2		
3	Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	4	1		2		
4	Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	4		2	2		
5	Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	4		2	2		
6	Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	4	8	20	28		
7	Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	4		4	4		
8	Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	4	2	4	6		
9	Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	4	2	4	4		
10	Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	4	2	4	6		
11	Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	4	2	2	4		
12	Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	4		2	4		
	Итого за 4 семестр: 72		10	26	36		
13	Раздел 3. Организация АФК.	5	14	32	62		
14	Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	5	2	6	13		
15	Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	5	2	8	13		
16	Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	5	2	8	13		
17	Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	5	4	6	10		
18	Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	5	4	4	13		
	Итого за 5 семестр:		14	32	62		Экзамен
Итого часов: 180 часов			24	58	98		Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Понятие АФК, ее цель, задачи. Общность с физической культурой и относительная самостоятельность ее предметной области.
2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры (краткая характеристика и целевая направленность).
3. Роль АФК в реабилитации, социализации и интеграции инвалидов в общество.
4. Социальные функции АФК (краткая характеристика).
5. Педагогические функции АФК (краткая характеристика).
6. Характеристика социальных принципов АФК (гуманистической направленности, непрерывности физкультурного образования, социализации, интеграции, приоритетной роли микросоциума).
7. Реализация положений общеметодических принципов научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности и прочности в адаптивном физическом воспитании.
8. Характеристика специально-методических принципов АФК (диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учёта возрастных особенностей, адекватности, оптимальности и вариативности).
9. Характеристика средств АФК. Общность со средствами физического воспитания и относительная самостоятельность.
10. Методы АФК: методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы воспитания двигательных способностей, методы воспитания личности занимающихся, методы организации взаимодействия педагога и занимающихся.
11. Особенности использования игрового и соревновательного методов АФК.
12. Понятия «метод», «методика», «методическое направление», «методический подход», «методический прием».
13. Формы организации занятий в АФК.
14. Особенности построения урочных форм занятий в адаптивном физическом воспитании.

15. Воспитание двигательных способностей в АФК: закономерности и принципы воспитания двигательных способностей.

16. Особенности воспитания двигательных способностей в адаптивном физическом воспитании (основные закономерности).

17. Методика воспитания силовых способностей в АФК.

18. Методика воспитания скоростных способностей в АФК.

19. Методика воспитания координационных способностей в АФК.

20. Особенности обучения двигательным действиям в АФК (характеристика средств, методов и форм организации).

21. Особенности планирования и контроля системы урочных форм занятий адаптивной физической культурой.

22. Организация АФВ в России. АФВ в системе специального образования.

23. АФВ в системе массового образования.

24. Организация адаптивной двигательной рекреации в России.

25. Организация адаптивной физической реабилитации.

26. Общая характеристика адаптивного спорта и его основных направлений.

27. Организация Паралимпийских игр, официальные летние и зимние виды спорта, входящие в паралимпийскую программу.

28. История Сурдлимпийского движения.

29. История Специального олимпийского движения.

30. Медицинская и спортивно-функциональная классификация спортсменов-инвалидов.

31. Организация Сурдлимпийских игр, официальные летние и зимние виды спорта, правила соревнований, требования к участникам.

32. Специальная олимпиады: миссия, цель, задачи и основополагающие принципы, требования к участникам и классификация видов спорта.

33. Разделение на дивизионы в индивидуальных и командных видах спорта.

34. Организация соревнований по программе «Специальная олимпиада». Минимальные требования к церемониям открытия, закрытия игр и награждения.

35. Отбор спортсменов для участия в соревнованиях более высокого уровня по программе «Специальная олимпиада».

36. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте.

37. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в нашей стране и мире.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

Основная лит-ра

1. Адаптивная физическая культура студентов с ограниченными возможностями состояния здоровья (содержание, организация, методика) : учеб. пособие / М.С. Воротова, Л.Н. Мартыанова, Л.В. Рубцова, Н.Б. Вершинина .— Москва :

Советский спорт, 2023 .— 108 с. <https://lib.rucont.ru/efd/826678>

Дополнительная лит-ра

2.Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с

<https://lib.rucont.ru/efd/734822>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта: Статистическая информация – профессиональная база данных <https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](https://fgosvo.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*

2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*

3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*

4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](https://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

[Международный Паралимпийский комитет](https://www.paralympic.org/)<https://www.paralympic.org/>

Международный комитет спорта глухих - <https://www.deaflympics.com/>

Международная Специальная Олимпиада - <https://www.fip-ifp.org/what-we-do/special-olympics/>

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

Библиотека «Куб» (www.koob.ru)

Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)

Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО <https://gto.ru/>

Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО <https://gto.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности(профилю) Лечебная физическая культура очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4,5 семестр (очная форма)
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА ВБАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Теоретические основы АФК»	29 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Функции АФК»	30 неделя	4
3	Коллоквиум по теме «Принципы АФК»	31 неделя	5
4	Выступление на семинаре «Особенности воспитания физических качеств у инвалидов разных нозологических групп»	33 неделя	4
5	Контрольная работа по разделу: «Организация АФК»	34 неделя	5
6	Выступление на семинаре «АФВ в системе специального образования»	35 неделя	4
7	Написание реферата по теме «История и современное состояние адаптивного спорта».	36 неделя	7
8	Контрольная работа по разделу: «Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России»	37 неделя	5
9	Выступление на семинаре: «Функционально-медицинская классификация спортсменов-инвалидов»	38 неделя	5
10	Тестирование по теме: «Организационные основы АФК».	40 неделя	5,5
11	Посещение занятий	Весь период	0,5 балла *41 занятие=20,5
12	Сдача экзамена		30
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу: «Теоретические основы АФК», пропущенному студентом</i>	5
2	<i>Контрольная работа по разделу: «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий», пропущенному студентом</i>	5
3	<i>Контрольный опрос теме: «Функции АФК», пропущенному студентом</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме «Методика применения естественно-средовых факторов в АФК»</i>	10
5	<i>Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств у инвалидов»</i>	10
6	<i>Презентация по теме «Обучение инвалидов двигательным действиям»</i>	5
7	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация АФК», пропущенному студентом</i>	5
8	<i>Контрольный опрос теме: «Специальная олимпиада. Основные положения»</i>	5
9	<i>Тестирование по теме: «Организационные основы АФК», пропущенному студентом</i>	10
10	<i>Презентация по теме: «Особенности организации занятий фитнесом с инвалидами»</i>	5

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Теоретические основы АФК», пропущенному студентом	5
2	Контрольная работа по разделу: «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий», пропущенному студентом	5
3	Контрольный опрос теме: «Функции АФК», пропущенному студентом	5
4	Написание реферата по теме «Методика применения естественно-средовых факторов в АФК»	10
5	Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств у инвалидов»	10
6	Презентация по теме «Обучение инвалидов двигательным действиям»	5
7	Контрольная работа по разделу: «Организация АФК», пропущенному студентом	5
8	Контрольный опрос теме: «Специальная олимпиада. Основные положения»	5
9	Тестирование по теме: «Организационные основы АФК», пропущенному студентом	10
10	Презентация по теме: «Особенности организации занятий фитнесом с инвалидами»	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.25 Теория и организация адаптивной физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 4,5 семестр - на очной форме обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	
1	2	3	4
ОПК - 15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	4, 5	
ОПК-15.1.	Знает: - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации;		

	- нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования		
ОПК-15.3.	Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.		

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **5 зачетных единиц, 180 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теоретические основы АФК	4	2	6	8		
2	Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	4	1	2	2		
3	Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	4	1		2		
4	Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	4		2	2		
5	Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	4		2	2		
6	Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	4	8	20	28		
7	Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	4		4	4		
8	Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	4	2	4	6		
9	Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	4	2	4	4		
10	Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	4	2	4	6		
11	Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	4	2	2	4		
12	Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	4		2	4		
	Итого за 4 семестр: 72		10	26	36		
13	Раздел 3. Организация АФК.	5	14	32	62		
14	Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	5	2	6	13		
15	Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	5	2	8	13		
16	Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	5	2	8	13		

17	Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	5	4	6	10		
18	Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	5	4	4	13		
	Итого за 5 семестр:		14	32	62		Экзамен
Итого часов: 180 часов			24	58	98		Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.26 Специальная психология»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа
дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «3» сентября 2024г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целями освоения дисциплины(модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная психология*» является: ознакомление студентов с закономерностями развития аномальных детей, формирование практических навыков психологической коррекции детей с различными видами психического дизонтогенеза. Дисциплина(модуль) «*Специальная психология*» реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП(ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	4		4
ОПК-7.1	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;	4		4
ОПК-7.2	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной	4		4

	физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;			
ОПК-7.3	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	4		4

3. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Трудоемкость 4 з.е., 144 ак.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия семинарског	Самостоятель	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	10	20	25		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2	4	5		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4	2	4	5		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.	4	2	4	5		
5	Понятие и классификация психического дизонтогенез	4	2	4	5		

	а						
6	Тема 4. Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4	2	4	5		
7	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	16	30	34		
8	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4	2	4	4		
9	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2	4	5		
10	Тема 7. Логопсихология	4	2	2	4		
11	Тема 8. Сурдопсихология	4	2	4	4		
12	Тема 9. Тифлопсихология	4	2	4	4		
13	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4	2	4	4		
14	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4	2	4	5		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4	2	4	4		
						9	Экзамен
Итого 144			26	50	59	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4					
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2		10		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4		2	10		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.	4		2	10		
5	Понятие и классификация психического дизонтогенеза	4		2	10		
6	Тема4.Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4		2	10		
7	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4					
8	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4			10		
9	Тема 6. Олигофренопсихология	4		2	10		
10	Тема 7.Логопсихология	4			10		
11	Тема 8. Сурдопсихология	4			10		
12	Тема 9. Тифлопсихология	4			10		
13	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
14	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4			7		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4			6		
						9	Экзамен
Итого 144			2	10	123	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «*Специальная психология*» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине(модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

1. Особенности психического развития детей с ПОДА (на выбор: ДЦП, ампутация, ТБСМ, врожденные пороки развития ОДА).
2. Особенности психического развития детей сЗПР.
3. Особенности психического развития детей сРДА.
4. Особенности психического развития детей с нарушением слуха.
5. Особенности психического развития детей с нарушением зрения.
6. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени дебильности.
7. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени имбицильности.
8. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени идиотии.
9. Особенности психического развития детей с логопедическими нарушениями.
10. Особенности психического развития детей со сложным (комбинированным) дефектом

Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Специальная психология».

1. Специальная психология: предмет, задачи.
2. Связь специальной психологии с другими научно-образовательными и медицинскими дисциплинами.
3. Общие и специфические закономерности аномального развития.
4. Понятие сложной структуры дефекта.
5. Периодизация развития в психологии, педагогике, медицине. Критерии периодизации.
6. Возрастные кризисы развития и их характеристика (обязательность их проявления).
7. Факторы отклонения развития, их классификация.
8. Понятия: ретардация, дисфункция, асинхронизация развития, дефект, компенсация.
9. Понятие дизонтогенеза.
10. Этиопатогенез дизонтогенеза.
11. Классификации психологического дизонтогенеза.

12. Общие вопросы психодиагностики (предмет, цели, задачи, методы).
13. Принципы, этапы и правила проведения психодиагностики.
14. Основные приемы и методы изучения познавательных процессов у детей с нарушениями психофизического развития.
15. Методы диагностики интеллектуальных расстройств.
16. Зона ближайшего развития.
17. Основные задачи, функции, проблемы и направления психологического консультирования.
18. Методы психокоррекции. Разработка коррекционно-развивающей программы.
19. Психологические методы диагностики личностных качеств.
20. Периодизация развития в психологии, педагогике, медицине. Критерии периодизации.
21. Понятие «ближайшей зоны развития».
22. Ведущий тип деятельности.
23. Возрастные психологические кризисы развития и их характеристика (обязательность их проявления).
24. Кризис первого года жизни.
25. Кризис трех лет.
26. Наиболее характерные психофизиологические расстройства в период новорожденности, младенчества и раннего детства.
27. Кризис семи лет.
28. «Синдром ухода и бродяжничества».
29. «Синдром патологического фантазирования».
30. Кризис пубертатного возраста.
31. Особенности ощущений и восприятий детей с отклонениями в развитии.
32. Особенности внимания у отклоняющихся в развитии детей.
33. Особенности развития памяти у отклоняющихся в развитии детей.
34. Особенности зрительных представлений и пространственной ориентировки детей с отклонениями в развитии.
35. Особенности воображения у отклоняющихся в развитии детей.
36. Особенности развития мышления у отклоняющихся в развитии детей.
37. Общие закономерности речевого развития у нормально развивающихся и отклоняющихся в развитии детей.
38. Особенности поведения детей с отклонениями в развитии.
39. Проявления психических состояний у различных групп отклоняющихся в развитии детей.
40. Особенности формирования знаний, умений и навыков у отклоняющихся в развитии детей.
41. Формирование способностей в различных видах деятельности у нормально развивающихся и отклоняющихся в развитии детей.
42. Влияние имеющегося дефекта на формирование личности в целом.
43. Особенности формирования различных видов деятельности у детей с отклонениями в развитии.
44. Психосоциальное развитие детей с разными формами ЗПР.
45. Отличие психического развития детей-олигофренов и умственно отсталых

детей с текущими нервно-психическими заболеваниями (эпилепсия, шизофрения, гидроцефалия и др.).

46. Общая психологическая характеристика детей с нарушениями речи.
47. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями речи.
48. Психокоррекция при нарушениях эмоционально-волевой сферы, познавательной деятельности, межличностных отношений у детей-логопатов.
49. Психологическая классификация по степени речевого недоразвития.
50. Психологические особенности детей с недостатками слуха в разные периоды онтогенеза.
51. Психологические различия между ранооглохшими и позднооглохшими.
52. Психосоциальное развитие при ДЦП.
53. Организация диагностической и коррекционной работы при ДЦП.
54. Особенности психического развития при РДА.
55. Факторы, провоцирующие агрессивное поведение.
56. Стресс и дистресс. Стадии стресса.
57. Реактивные и конфликтные переживания.

Контрольные вопросы для самопроверки знаний.

1. Этика проведения социометрии в школьном коллективе.
2. Особенности психодиагностики при работе с детьми до 3 лет.
3. Особенности использования проективных методик для детей из разных психологических и возрастных групп.
4. Специфика работы практического психолога в зависимости от типа специального учреждения.
5. Психосоциальное развитие детей с разными формами ЗПР.
6. Вопрос интеграции детей с недостатками слуха в общеобразовательные учреждения.
7. Психосоциальное развитие детей с ДЦП.
8. Особенности психического развития при РДА.
9. Особенности психолого-педагогической работы с детьми-олигофренами.
10. Факторы, провоцирующие агрессивное поведение детей.
11. Диагностические аспекты проблемы школьной дезадаптации у детей младшего школьного возраста.
12. Своеобразие психического развития детей.
13. Охрана здоровья детей.
14. Особенности личности учащихся с церебральным параличом.
15. Основы психоневрологического понимания общего недоразвития речи.
16. Психический инфантилизм.
17. Дети с СДВГ.
18. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями речи.

19. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями слуха
20. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями зрения
21. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями ОДА
22. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями в поведении
23. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями интеллекта
24. Составление психолого-педагогической характеристики детей с ЗПР
25. Составление психолого-педагогической характеристики детей с комбинированными нарушениями

26. Психологическая классификация по степени речевого недоразвития.
27. Психологические особенности детей с недостатками слуха в разные периоды онтогенеза.
28. Психологические различия между людьми с врожденной глухотой и позднооглохшими.
29. Недостатки характера у детей и подростков.
30. Предупреждение реакций дезадаптации (кризисных состояний)
31. Астения как одна из причин неуспеваемости в школе.
32. Невротическое заикание (логоневроз).
33. Степени умственного развития при олигофрении.
34. Умственная отсталость и отграничение от сходных состояний.
35. Психосоциальное развитие детей и подростков с генетическими заболеваниями.
36. Одаренные дети.
37. Дети «индиго»

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

Основная литература

Вольская, О.В. Основы специальной педагогики и психологии: учебное пособие / А.Н. Нехорошкова, И.С. Ляпина, Е.В. Стафеева, О.Н. Толстикова; О.В. Вольская. — Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова, 2014. — 112 с.
<https://lib.rucont.ru/efd/553937> Электронно-библиотечная система РУКОНТ.

Дополнительная литература

Специальная психология / О.М. Бабич. — Воронеж : Издательский дом ВГУ, 2016. — 67 с. — 67 с. <https://lib.rucont.ru/efd/643204> Электронно-библиотечная система РУКОНТ.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии».
2. <http://www.psychology-online.net/> - электронная библиотека по психологии.
3. <http://flogiston.ru/library> - электронная библиотека по психологии.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
4. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
7. Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информиио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Специальная психология*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Специальная психология» для обучающихся института ИТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация *очная, заочная формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма), 4 семестр (заочная форма)

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	Тестирование по теме: «Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития»	32 неделя	15*
2	Тестирование по теме: «Психолого-педагогические особенности детей различных нозологических групп»	42 неделя	15*
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	43 неделя	14*
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>1 балла x 1 занятие = 26 баллов</i>
	<i>Экзамен по дисциплине</i>		<i>30*</i>
	ИТОГО		100 баллов

* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: Общие закономерности психического развития в онтогенезе	10
2	Контрольная работа по теме: Психологические особенности детей с ЗПР.	5
3	Контрольная работа по теме: Олигофренопсихология.	5
4	Контрольная работа по теме: Логопсихология.	5
5	Контрольная работа по теме: Сурдопсихология	5
6	Контрольная работа по теме:Тифлопсихология.	5
7	Контрольная работа по теме: Психология детей с нарушениями функций ОДА	5
8	Контрольная работа по теме: Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере.	5
9	Контрольная работа по теме: Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии.	5
10	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фондооценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.26 Специальная психология»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация, Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

3. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целями освоения дисциплины(модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная психология*» является: ознакомление студентов с закономерностями развития аномальных детей, формирование практических навыков психологической коррекции детей с различными видами психического дизонтогенеза. Дисциплина(модуль) «**Специальная психология**» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	4		4
ОПК-7.1	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;	4		4
ОПК-7.2	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной	4		4

	физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;			
ОПК-7.3	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	4		4

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Трудоемкость 4 з.е., 144 ак.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия семинарского	Самостоятель	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	10	20	25		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2	4	5		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4	2	4	5		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.	4	2	4	5		
5	Понятие и классификация психического дизонтогенез	4	2	4	5		

	а						
6	Тема 4. Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4	2	4	5		
7	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	16	30	34		
8	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4	2	4	4		
9	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2	4	5		
10	Тема 7. Логопсихология	4	2	2	4		
11	Тема 8. Сурдопсихология	4	2	4	4		
12	Тема 9. Тифлопсихология	4	2	4	4		
13	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4	2	4	4		
14	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4	2	4	5		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4	2	4	4		
						9	Экзамен
Итого 144			26	50	59	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4					
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2		10		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4		2	10		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.	4		2	10		
5	Понятие и классификация психического дизонтогенеза	4		2	10		
6	Тема4.Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебныхучреждениях	4		2	10		
7	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4					
8	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4			10		
9	Тема 6. Олигофренопсихология	4		2	10		
10	Тема 7.Логопсихология	4			10		
11	Тема 8. Сурдопсихология	4			10		
12	Тема 9. Тифлопсихология	4			10		
13	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
14	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4			7		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4			6		
						9	Экзамен
Итого 144			2	10	123	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма
(ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.27 ОСНОВЫ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ»

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

Направленность (профиль):
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура
Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №77 от «25» августа 2018 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 5 от «24» октября 2019 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «03» сентября 2020г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «01» сентября 2022 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «07» сентября 2023 г.
Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «05» сентября 2024 г.

Составитель: Лунина Наталья Владимировна - кандидат биологических наук, доцент, кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры ФГБОУ ВО РУС «ГЦОЛИФК»;

Жук Ирина Александровна, кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ;
Михайлова Марина Геннадьевна - кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна - кандидат медицинских наук, доцент, профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Основы клинической психологии» является: формирование у студентов теоретических основ клинической психологии, структуры современной клинической психологии, взаимосвязи развития теории и практики клинической психологии, ее прикладной значимости в решении вопросов лечения и реабилитации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилям: Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура и Адаптивное физическое воспитание.

Дисциплина «Основы клинической психологии» относится к дисциплинам обязательной части.

Данная дисциплина является составной и неотъемлемой частью подготовки бакалавров, обучающихся по направлению подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Изучение дисциплины «Основы клинической психологии» предусматривает тесную связь между теоретической и практической подготовкой студентов по таким смежным дисциплинам обучения, как «Специальная психология», «Частная патология», «Лечебная физическая культура в травматологии», «Физическая реабилитация в травматологии», «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания», «Физическая реабилитация в пульмонологии».

Изучение дисциплины «Основы клинической психологии» основано на ранее пройденных дисциплинах – «Анатомия человека», «Психология», «Общая патология и тератология», «Физиология человека», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Этика общения в адаптивной физической культуре», «Особенности развития организма человека в норме и патологии», «Лечебная физическая культура в ортопедии», «Физическая реабилитация в ортопедии».

В свою очередь полученные знания необходимы для изучения дисциплин: «Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья», «Специальная педагогика», «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития» и др.

Необходимость изучения этой дисциплины (модуля) обусловлена тем, что будущие бакалавры, работающие с людьми с отклонениями в состоянии здоровья, должны иметь представления о психосоматических и соматопсихических взаимодействиях, о необходимости индивидуального подхода к составлению программы реабилитации с учетом личностных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Знания, умения и навыки, полученные в рамках изучения данной дисциплины (модуля), будут необходимы студентам при прохождении различных видов практик на последующих курсах обучения, а также при подготовке к Государственной итоговой аттестации.

Дисциплина (модуль) «Основы клинической психологии» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Основы клинической психологии», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

компетенции / код индикатора (ов)	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения		
ОПК-5.1.	Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте;	4	5

	- технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.		
ОПК-5.2.	Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно- нравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально- осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях	4	5
ОПК-5.4.	Имеет опыт подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх	4	5

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа (очная и заочная формы обучения).

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Содержание и задачи клинической	4	2	4	4		

	психологии, ее разделы						
2	Раздел 2. Патология психических процессов: память, воля, эмоции	4	2	4	4		
3	Раздел 3. Патология мышления и сознания.	4	2	4	4		
4	Раздел 4. Психосоматические взаимовлияния	4	2	4	4		
5	Раздел 5. Внутренняя картина болезни (ВКБ)	4	2	4	4		
6.	Раздел 6. Психосоматические заболевания. Психосоматический поход в реабилитации	4	2	4	7		
Итого часов:72			12	24	27	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Содержание и задачи клинической психологии, ее разделы	5	1	2	8		
2	Раздел 2. Патология психических процессов: память, воля, эмоции	5	-	1	8		
3	Раздел 3. Патология мышления и сознания.	5	-	1	8		
4	Раздел 4. Психосоматические взаимовлияния	5	-	2	8		
5	Раздел 5. Внутренняя картина болезни (ВКБ)	5	-	2	9		
6.	Раздел 6. Психосоматические заболевания. Психосоматический поход в	5	1	2	10		

	реабилитации						
Итого часов:	72	2	10	51	9	Экзамен	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Основы клинической психологии»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен.

Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену по дисциплине (модулю) «Основы клинической психологии»

1. Клиническая психология: предмет, задачи и структура.
2. Место клинической психологии в системе психологической науки и практики.
3. Связь клинической психологии со смежными дисциплинами.
4. Этика в клинической психологии.
5. Понятия: норма и патология психической деятельности.
6. Методы диагностики психологических состояний.
7. Методы коррекции психофизиологического состояния немедикаментозными средствами восстановления.
8. Патопсихология – раздел клинической психологии, предмет и задачи.
9. Память: понятие, классификация, отклонения от нормы, нарушения памяти при различных заболеваниях.
10. Методы психологической диагностики (тестирования) памяти.
11. Методы коррекции нарушения памяти немедикаментозными восстановительными средствами.
12. Нарушения памяти при черепно-мозговой травме (ЧМТ).
13. Нарушения памяти при сосудистых заболеваниях головного мозга.
14. Воля: понятие, этапы волевого процесса, нарушения воли.
15. Методы психологической диагностики (тестирования) волевого процесса.
16. Методы коррекции нарушений волевого процесса немедикаментозными восстановительными средствами.
17. Эмоции и чувства: понятие, классификация, нарушения.
18. Методы психологической диагностики (тестирования) эмоций
19. Методы коррекции эмоциональных отклонений немедикаментозными восстановительными средствами.
20. Сенсорный аппарат/ чувства: понятие, классификация, нарушения (по видам – визуальный, аудиальный, проприорецептивный, обонятельный, осязательный и пр.).

21. Методы психологической диагностики (тестирования) функций сенсорного аппарата/ чувств (по видам – визуальный, аудиальный, проприорецептивный, обонятельный, осязательный и пр.).
22. Методы коррекции функций сенсорного аппарата/ чувств (по видам) немедикаментозными восстановительными средствами.
23. Понятие сенсорной депривации у детей и взрослых и ее последствиях.
24. Проявления сенсорной депривации у детей.
25. Особенности сенсорной депривации у пожилых людей
26. Восприятие: понятие, свойства, нарушения при различных заболеваниях.
27. Патология сенсорного синтеза.
28. Понятие о боли. Классификация, методы оценки.
29. Методы нивелирования боли немедикаментозными восстановительными средствами.
30. Аффект. Понятие физиологического и патологического аффекта.
31. Депрессия и маниакальное состояние, их проявление в различных заболеваниях.
32. Определение понятия ощущение. Значение ощущений в диагностическом процессе.
33. Патология ощущений - гиперестезии, гипостезии, парестезии, сенестопатии, боль, зуд. Примеры патологии ощущений в клинике.
34. Нарушения пищевого инстинкта — вид парабулии.
35. Нарушения инстинкта самосохранения.
36. Нарушения импульсивных влечений и полового инстинкта.
37. Мышление: понятие, мыслительные операции, виды мышления, роль речи (слова).
38. Классификация видов мышления, отклонения от нормы, нарушения мышления при различных заболеваниях.
39. Методы коррекции нарушения мышления немедикаментозными восстановительными средствами.
40. Нарушение мышления по темпу, стройности, целенаправленности, продуктивности.
41. Проявление паралогического мышления, резонерства навязчивых идей, бреда при различных заболеваниях.
42. Интеллект: понятие, коэффициент интеллекта, влияние среды, возраста, наследственности. Нарушения интеллекта.
43. Особенности нарушений интеллекта при различных соматических заболеваниях.
44. Деменция: понятие, этиология, клинические проявления, профилактика и реабилитация.
45. Сознание: понятие, формирование сознания, самосознание, психика и сознание, бессознательная сфера.
46. Методы коррекции нарушения сознания немедикаментозными восстановительными средствами.
47. Нарушения сознания при черепно-мозговых травмах и заболеваниях, формы выключения сознания (оглушения, сопор, кома).
48. Формы помрачения сознания: делирий, онейроид, аменция, сумеречное состояние сознания.

49. Галлюцинации и иллюзии, их характеристика при соматических и психических заболеваниях.
50. Агнозии: понятие, основные виды при различных заболеваниях.
51. Причины и проявления агнозий у детей.
52. Сущность мыслительного процесса и интеллект.
53. Оглушенное состояние сознания.
54. Стадии и причины комы.
55. Психосоматика – раздел клинической психологии, предмет, задачи.
56. Современные взгляды на психосоматику.
57. Роль стресса в развитии психосоматических заболеваний.
58. Реакции внутренних органов на стресс.
59. Влияние психоэмоционального состояния, стресса на физиологические функции (на сом).
60. Влияние соматических заболеваний на психику больного человека.
61. Психосоматические заболевания: психосоматозы. Психосоматозы – органические заболевания внутренних органов, их классификация, этиология, клиника. Клинические примеры (по выбору). Методы диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
62. Психосоматические заболевания: органические неврозы. Органические неврозы — функциональные расстройства работы внутренних органов. Клинические примеры (по выбору). Методы диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
63. Психосоматические заболевания: конверсионные синдромы. Конверсионные синдромы -соматические проявления психологических проблем. Клинические примеры (по выбору). Методы диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
64. Роль стресса, наследственности и личностных особенностей в развитии психосоматических заболеваний. Клинические примеры (по выбору). Методы диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
65. Целесообразность учета психосоматических взаимовлияний и личностных особенностей при подборе средств и методов реабилитации.
66. Понятие внутренней картины болезни, ее влияние на клинический трудовой прогноз у больных и инвалидов.
67. Влияние биологических факторов на формирование внутренней картины болезни.
68. Влияние социальных факторов на формирование внутренней картины болезни.
69. Факторы, влияющие на отношение к болезни
70. Уровни внутренней картины болезни.
71. Стратегии реагирования личности на болезнь.
72. Влияние тяжести и формы заболевания и наличие инвалидности на формирование ВКБ.
73. Роль личности в лечебно-реабилитационной работе.
74. Внутренняя картина болезни при сердечно-сосудистых заболеваниях.
75. Внутренняя картина болезни при онкологических заболеваниях.

76. Внутренняя картина болезни при хирургических заболеваниях.
77. Внутренняя картина болезни у лиц с патологией зрения и слуха.
78. Внутренняя картина болезни и наличие инвалидности.
79. Влияние акцентуаций характера на внутренней картины болезни и реабилитацию больных.
80. Акцентуация характера, границы между нормой и патологией, варианты акцентуаций (по К. Леонгарду, А.Е. Личко).
81. Трансформации акцентуаций характера и их причины.
82. Девиантное поведение у подростков в зависимости от типа акцентуации.
83. Реакция на болезнь при гипертимной акцентуации, особенности реабилитации
84. Реакция на болезнь при циклоидной акцентуации, особенности реабилитации.
85. Реакция на болезнь при эпилептоидной акцентуации, особенности реабилитации.
86. Реакция на болезнь при паранойяльной акцентуации, особенности реабилитации.
87. Реакция на болезнь при истероидной акцентуации, особенности реабилитации
88. Реакция на болезнь при шизоидной акцентуации, особенности реабилитации
89. Психосоматические особенности в развитии сердечно-сосудистой патологии (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
90. Психосоматические особенности в развитии патологии дыхательной системы (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
91. Психосоматические особенности в развитии патологии пищеварительной системы (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
92. Психосоматические особенности в развитии патологии обмена веществ (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
93. Психосоматические особенности в развитии патологии мочевыделительной и репродуктивной системы (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.
94. Психосоматические особенности в развитии патологии обмена веществ (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента,

психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.

95. Психосоматические особенности в развитии онкологических заболеваний (нозология на выбор студента). Психосоматический портрет пациента, психосоматические причины, патогенез и клинические психосоматические проявления заболевания. Методы психологической диагностики и коррекции основных нарушений немедикаментозными восстановительными средствами.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Жук, И.А. Основы клинической психологии : учебник для студентов высш. учеб. заведений / И.А. Жук .— Москва : Советский спорт, 2020 .— 207 с.
<https://lib.rucont.ru/efd/713596>

б) Дополнительная литература:

1. Нагаев, В. В. Основы клинической психологии : учебное пособие / В. В. Нагаев, Л. А. Жолковская ; Фонд содействия правоохранительным органам «Закон и право». – Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2017. – 463 с. : схем., табл, ил.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=683336>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии».
2. <http://www.psychology-online.net/> - электронная библиотека по психологии.
3. <http://flogiston.ru/library> - электронная библиотека по психологии.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. ЭБС «РУКОНТ» www.rucont.ru
2. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» www.biblioclub.ru

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

Медицинская информационная сеть – информационная система (medinform.net)

Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)

МедУнивер - MedUniver.com (<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>

Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>

Сетевой электронный научно-образовательный журнал «Современные вопросы биомедицины» («Modern Issues of Biomedicine») <https://svbskfmba.ru/>

Российский журнал спортивной науки: медицина, физиология, тренировка <https://intsport.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Основы клинической психологии» для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилей «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание»

очной формы обучения

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма),

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Формы	Оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре по разделу 1	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре по разделу 2-5	В течение семестра	5
3	Выступление на семинаре по разделу 6	В течение семестра	5
4	Подготовка и защита доклада по разделам 1-5 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
5	Подготовка и защита доклада по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
6	Подбор, демонстрация навыков в проведении и интерпретации результатов одного из методов психологического тестирования при выбранном психосоматическом заболевании по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	15
7	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка и защита доклада по темам разделов №1, № 2, №3, № 4, №5	10
2	Подготовка и защита доклада по темам разделов №6.	10
3	Подбор, демонстрация навыков в проведении и интерпретации результатов одного из методов психологического тестирования при выбранном психосоматическом заболевании по разделу 6 (по выбору студентов)	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Основы клинической психологии» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилей «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание»
заочной формы обучения

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр (заочная форма обучения).

Форма промежуточной аттестации: экзамен

ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре по разделам 1-5	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре по разделу 6	В течение семестра	5
3	Подготовка и защита доклада по разделам 1-5 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
4	Подготовка и защита доклада по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
5	Подбор, демонстрация навыков в проведении и интерпретации результатов одного из методов психологического тестирования при выбранном психосоматическом заболевании по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	20
	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка и защита доклада по темам разделов №1, № 2, №3, № 4, №5	10
2	Подготовка и защита доклада по темам разделов №6.	10
3	Подбор, проведение, демонстрация навыков в проведении и интерпретации результатов одного из методов психологического тестирования при выбранном психосоматическом заболевании по разделу 6 (по выбору студентов)	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.27 ОСНОВЫ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ»

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

Профиль:

Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура,
Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр (очная форма обучения), 5 семестр (заочная форма обучения)
3. **Цель освоения дисциплины (модуля)** «Основы клинической психологии» является: формирование у студентов теоретических основ клинической психологии, структуры современной клинической психологии, взаимосвязи развития теории и практики клинической психологии, ее прикладной значимости в решении вопросов лечения и реабилитации.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения		
ОПК-5.1.	Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.	4	5
ОПК-5.2.	Умеет: - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовнонравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива;	4	5

	- создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом.		
ОПК-5.3.	Имеет опыт: - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом.	4	5

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа (очная и заочная формы обучения).

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Содержание и задачи клинической психологии, ее разделы	4	2	4	4		
2	Раздел 2. Патология психических процессов: память, воля, эмоции	4	2	4	4		
3	Раздел 3. Патология мышления и сознания.	4	2	4	4		
4	Раздел 4. Психосоматические взаимодействия	4	2	4	4		
5	Раздел 5. Внутренняя картина болезни (ВКБ)	4	2	4	4		
6.	Раздел 6. Психосоматические заболевания. Психосоматический поход в реабилитации	4	2	4	7		
Итого часов:72			12	24	27	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Содержание и задачи клинической психологии, ее разделы	5	1	2	8		
2	Раздел 2. Патология психических процессов: память, воля, эмоции	5	-	1	8		
3	Раздел 3. Патология мышления и сознания.	5	-	1	8		
4	Раздел 4. Психосоматические взаимовлияния	5	-	2	8		
5	Раздел 5. Внутренняя картина болезни (ВКБ)	5	-	2	9		
6.	Раздел 6. Психосоматические заболевания. Психосоматический поход в реабилитации	5	1	2	10		
Итого часов:		72	2	10	51	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Тренерский факультет

Кафедра Теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.28 «Методика преподавания спортивных игр»

(наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **49.03.02 - Физическая
культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

(код и наименование)

Направленность (профиль): **"Адаптивное физическое воспитание",
"Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация"**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2023, 2024, 2025 г.

Москва - 2022 г.

Рабочая программа дисциплины Б1. О.28 «Методика преподавания спортивных игр» утверждена и рекомендована на основании решения заседания кафедры Протокол № 1 от «30» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры **Теории и методики баскетбола** Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

Составители:

Фесенко Мария Сергеевна - к.п.н., доцент кафедры ТиМ баскетбола РУС "ГЦОЛИФК;

Сорокин Сергей Александрович - старший преподаватель кафедры ТиМ баскетбола РУС "ГЦОЛИФК.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Методика преподавания спортивных игр» является формирование готовности у студентов к овладению педагогическими и методическими знаниями, умениями и навыками применения средств спортивных игр для укрепления и сохранения здоровья, повышения двигательной активности в повседневной жизни. Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Программа дисциплины «Методика преподавания спортивных игр» блока *Б1 обязательной части* составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

Дисциплина "Методика преподавания спортивных игр" тесно связана с большинством дисциплин ОПОП: анатомией, физиологией, биомеханикой, гигиеной, педагогикой, психологией, основами теории физической культуры, спортивной медициной и другими. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины будут использованы обучающимися при освоении других двигательных дисциплин.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

В процессе изучения дисциплины, обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения данной образовательной программы.

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	
ОПК-1	<i>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и</i>	<i>4 семестр</i>
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>4 семестр</i>

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы/ 144 часа на очной форме обучения.

Очная форма

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы баскетбола	4 семестр	4	-	12		
	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4 семестр	2	-	6		4 семестр
	Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире		2	-	6		
2.	Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе	4 семестр	-	18	24		
	Тема: Характеристика игры		-	4	4		
	Тема: Техника баскетбола		-	8	10		
	Тема: Тактика баскетбола		-	6	10		
3.	Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства	4 семестр	-	28	36		
	Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола		-	28	36		
4.	Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу	4 семестр	-	10	12		
	Тема: Современные правила баскетбола		-	6	6		
	Тема: Методика организации и проведения соревнований		-	4	6		
Итого часов: 144			4	56	84		Зачет с оценкой

Заочная форма

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы баскетбола	8 семестр	2	-	33		
	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола	8 семестр	2	-	16		8 семестр
	Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире		-	-	17		
2.	Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе	8 семестр	-	6	33		
	Тема: Характеристика игры		-	2	3		
	Тема: Техника баскетбола		-	2	15		
	Тема: Тактика баскетбола		-	2	15		
3.	Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства	8 семестр	-	2	33		
	Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола		-	2	33		
4.	Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу	8 семестр	-	2	33		
	Тема: Современные правила баскетбола		-	1	16		
	Тема: Методика организации и проведения соревнований		-	1	17		
Итого часов: 144			2	10	132		Зачет с оценкой

Модуль 1. Общие основы баскетбола.

Тема 1.1. Современное состояние и перспективы развития баскетбола

Влияние новых социально-экономических условий на современное состояние российского и мирового баскетбола. Основы реформы системы подготовки спортивного резерва в России и изменения в баскетболе, связанные с ее внедрением.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы: изучить современное состояние баскетбола в мире и России, участие ведущих национальных и резервных сборных команд по баскетболу в международных соревнованиях, проанализировать изменения результатов рейтинга по окончании соревнований .

Тема 1.2. История возникновения и развития баскетбола в России и в мире.

1. баскетбола. Первые соревнования и правила игры. Участие баскетболистов разных стран в Чемпионатах мира, Олимпийских играх, континентальные соревнования.

Задания для самостоятельной работы студентов и предполагаемый объем работы:

Изучить историю возникновения баскетбола в России и мире, образование ФИБА, федерации баскетбола СССР и России, проведение первых международных соревнований под эгидой ФИБА, этапы развития баскетбола в СССР и России, участие советских и российских баскетболистов в главных международных соревнованиях .

Модуль 2. Содержание игровой деятельности в баскетболе.

Тема 2.1. Характеристика игры

2. Ознакомить занимающихся с игровой баскетбольной площадкой, охарактеризовать действия игроков нападения и защиты, с основными техническими приемами, выполняемыми игроками на площадке, с элементами тактических действий.

1. Изучить основы и особенности игровой деятельности в баскетболе: переменный характер, последовательность интенсивность выполнения действий. Постоянное противоборство нападения и защиты.

2. Изучить скоростно-силовой характер игры, действий с высокой степенью точности движений в условиях лимита времени. Сочетание индивидуальности и коллективных действий в игре. Психологическая характеристика игры, особенности внешней среды и условий спортивной деятельности баскетболистов.

Тема 2.2. Техника баскетбола

1. Ознакомить и обучить основным приемам техники нападения и защиты, обозначить основные ошибки и организационно-методические указания .

2. Ознакомить с понятиями фазовая структура техники, с различными способами выполнения технических приемов, условиями выполнения действий на игровой площадке .

1. . характеристику и особенности техники игры и ее значение для роста спортивного мастерства, понятия и принципы деления на «разделы», «приемы», «способы», «разновидности» и «условия выполнения» технических приемов, классификацию техники нападения и техники защиты ..

2. Изучить фазовую структуру техники и ее педагогическое значение, выявить определяющее (ведущее) звено технического приема, второстепенные детали техники и индивидуальные особенности (стиль), определить взаимосвязь техники с физическими качествами баскетболистов ..

3. Просмотреть учебно-тренировочные занятия и матчи по баскетболу с акцентом на выполнение технических приемов и применение их в зависимости от игровой ситуации - 2 часа.

Тема 2.3. Тактика баскетбола

1. Ознакомиться с классификацией тактики баскетбола, основами тактики баскетбола в нападении: индивидуальные действия баскетболиста без мяча и с мячом, групповые взаимодействия двух и трех игроков и командные действия баскетболистов.

2. Ознакомиться с индивидуальными действиями баскетболиста в защите: против игрока без мяча и с мячом, групповые взаимодействия двух и трех игроков и командные действия баскетболистов в защите .

1. Изучить классификацию тактики баскетбола: тактика нападения и тактика защиты.

2. Изучить индивидуальные, командные, групповые тактические действия баскетболистов в нападении и защите .

Модуль 3. Формирование навыков педагогического мастерства: практические занятия .

Тема 3.1 Методика обучения технике и тактике баскетбола

1. Изучить основные технические приемы в баскетболе: основная стойка баскетболиста, остановки и повороты, передвижение в защитной стойке, ловля, передача, ведение мяча, бросок мяча в движении и штрафной бросок.

2. Изучить основные индивидуальные и групповые действия в нападении и защите в баскетболе: розыгрыш мяча и атака корзины, взаимодействия двух и трех игроков.

1. Изучить структуру и содержание поэтапного обучения техническим приемам в баскетболе: ознакомление с приемом, изучение приема в прощенных, специально созданных условиях, целостное формирование двигательного навыка и закрепление приема в игре, составление конспекта основной части занятия по обучению техническому приему.

2. Посетить и просмотреть учебно-тренировочные занятия, в том числе и просмотр видеоматериалов, направленных на обучение технике игры, составить план-конспект по обучению техническому приему по заданию преподавателя.

3. Изучить структуру и содержание поэтапного обучения тактике баскетбола. Задачи тактической подготовки на начальном этапе. Методы и средства обучения. Последовательность обучения тактике баскетбола.

Модуль 4. Организация и проведение соревнования по баскетболу.

1. Основные положения правил по баскетболу. Функции судьи в поле, судей- секретарей.

1. Изучить правила по баскетболу, значение правил, изменения правил в связи с тенденцией развития игры, жесты судей.

Тема 4.2. Методика организации и проведения соревнований

1. Положение о соревнованиях, основы организации и проведения соревнований. Требования к месту проведения соревнований.

1. Изучить методику организации и проведения соревнований по баскетболу, требования

к проведению соревнований, положение и регламент соревнований различного уровня, их содержание.

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом с оценкой

Набранные	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
зачет/незачет	Незачет		Зачет		
Оценка по шкале ECTS	F неудовлетворительно	D	C	B	A
		удовлетворительно	хорошо	отлично	

Текущий контроль успеваемости по дисциплине осуществляется посредством устного опроса, выполнения контрольных нормативов, демонстрации выполнения тактических приемов, разработки частей урока по методике обучения техники и тактики, судейства учебной игры или ее части, защиты подготовленного реферата, презентации, эссе. В зависимости от контингента и условий, демонстрация может осуществляться как самостоятельно на площадке, так и схематически на демонстрационной доске.

Самостоятельная работа студентов подразумевает ознакомление со специальной литературой, интернет-сайтами соответствующего содержания, а также со специально подготовленными пособиями, просмотром учебно-тренировочных занятий и матчей по баскетболу.

5.1.1. Тематика, рефератов, презентаций, эссе:

1. Возникновение и развитие баскетбола в России и Море;
2. История Олимпийского баскетбола;
3. История участия советских и российских команд по баскетболу в крупнейших международных соревнованиях
4. Современное состояние мирового баскетбола;
5. Современное состояние баскетбола в России;
6. Баскетбол и его разновидности. Мини-баскетбол;
7. Баскетбол и его разновидности. Стритбол;
8. Баскетбол и его разновидности. Баскетбол для инвалидов-колясочников;
9. Крупнейшие международные соревнования текущего года для сборных команд и участие в них Российских сборных по баскетболу;
10. Итоги российских соревнований по баскетболу прошедшего года;
11. Методика обучения баскетболу;
12. Современные правила игры;
13. Методика организации и проведения соревнований;
14. Характеристика игры;
15. Тема по выбору студента (при обязательном согласовании с преподавателем по специализации).

5.1.2. Контрольные упражнения по технической подготовке

1. «Перемещения в защитной стойке»

Описание:

Студент располагается в центре лицевой линии, по сигналу начинает выполнять перемещения в защитной стойки по заранее установленным фишкам и обозначенной траектории. Перемещения выполняются лицом, спиной вперед, правым и левым боком. Фиксируется время выполнения упражнения от начала движения до касания исходной фишки.

Условия:

Перемещения в защитной стойке выполняются с учетом установленных ОМУ (при перемещении нет фазы полета, ноги не скрещиваются).

2. «Остановка двумя шагами при получении мяча и остановка двумя шагами после ведения мяча»

Описание:

Студент располагается в центре лицевой линии, по сигналу обычным бегом двигается вперед, по повторному сигналу выполняет «автопас», ловит мяч и выполняет остановку двумя шагами, после чего демонстрирует поворот вперед/назад.

Условия:

Технические приемы остановка и повороты выполняются с учетом ОМУ (нарушение правила «пробежки»).

3. «Ведение мяча»

Описание:

Студент с мячом в руках располагается на середине центральной линии ноги в параллельной стойке. По сигналу ему необходимо выполнить скоростную обводку 6 конусов, переводя мяч с правой на левую руку. Движение выполняется туда и обратно.

Условия:

Необходимо выполнить ведение мяча без ошибок (нарушение правила «двойное ведение мяча», пронос мяча).

4. Комплексное контрольное упражнение «Ведение мяча, бросок в кольцо с двух шагов»

Описание:

Студент с мячом в руках располагается под 45° к кольцу за 3-х очковой линией. По сигналу начинает выполнять ведение мяча и бросок в кольцо.

Условия:

Упражнение выполняется с правой и левой стороны. Студент должен знать и уметь определить толчковую ногу и, бросающую мяч, руку. Необходимо не менее 1 раза забросить мяч в кольцо и не допустить ошибок, предусмотренных правилами игры.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

5.2.1. Перечень контрольных вопросов к зачету

1. Возникновение баскетбола. Первые правила и соревнования.
2. Баскетбол на Олимпийских играх (краткий экскурс).
3. ФИБА, ФИБА-Европы и РФБ - органы управления развитием баскетбола в мире и в России.
4. Правила игры баскетбол.
5. Спортивные достижения советских и российских баскетболистов.
6. Характеристика мини-баскетбола.
7. Классификация техники игры.
8. Методика обучения технике игры.
9. Классификация тактики игры.
10. Методика обучения тактике игры.
11. Оборудование и инвентарь баскетбольного зала.
12. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».
13. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).
14. Методика построения занятий по баскетболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.
15. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
16. Игровая площадка. Размеры и разметка.
17. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
18. Игровая форма и экипировка.
19. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
20. Зброшенны мяч: когдa он заброшен и его цена.

21. Замена игроков.
22. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
23. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
24. Нарушения: Пробежка.
25. Нарушения: 3 секунды.
26. Нарушения: Мяч, возвращенный в тыловую зону.
27. Нарушения: 8 секунд.
28. Нарушения: 24 секунды.
29. Нарушения: Помеха попаданию и помеха мячу при броске.
30. Фолы: Персональный, обоюдный, неспортивный, дисквалифицирующий, технический.
31. Пять фолов игрока, командные фолы, штрафные броски.
32. Методика ведения протокола игры в баскетболе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Герасимов, К. А. Физическая культура : баскетбол : учебное пособие : [16+] / К. А. Герасимов, В. М. Климов, М. А. Гусева ; Новосибирский государственный технический университет. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2017. — 51 с. : ил., табл. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=576215
2. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр : учебник / В.П. Губа .— Москва : Спорт, 2020 .— 721 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/727776/info>
3. Спортивные игры: основы обучения технике игры / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков .— Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2017 .— 176 с. <https://lib.rucont.ru/efd/775953/info>

б) Дополнительная литература:

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14409-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544314>
2. Баскетбол в системе физического воспитания высшего учебного заведения : учебное пособие : [16+] / А. В. Зюкин, С. А. Барченко, И. П. Васютина [и др.] ; под общ. ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, В. П. Овчинникова, А. М. Фокина [и др.]. — Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2020. — 115 с. : ил. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=692480
3. Герасимов, К. А. Физическая культура : баскетбол : учебное пособие : [16+] / К. А. Герасимов, В. М. Климов, М. А. Гусева ; Новосибирский государственный технический университет. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2017. — 51 с. : ил., табл. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=576215
4. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр : [учеб. пособие] / Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Е.Ю. Ковыршина .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 109 с. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=640977>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

2. ReferyPro баскетбольный сайт для судей <https://referypro.ru/>
3. Международный паралимпийский комитет <https://www.paralympic.org/>
4. Федерация баскетбола города Москвы <https://mosbasket.ru/>
- о Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". <http://www.teoriya.ru/journals/>
- о Российская спортивная энциклопедия <http://www.libsport.ru/>
- о Непрерывное образование тренеров. Система онлайн-обучения и тестирования

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

▪ *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
[Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации \(https://emir.gov.ru/\)](https://emir.gov.ru/).
[Российская федерация баскетбола \(https://russiabasket.ru/\)](https://russiabasket.ru/)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
[Российская федерация баскетбола. База нормативных документов \(https://russiabasket.ru/federation/documents\)](https://russiabasket.ru/federation/documents)
[Международная федерация баскетбола. База данных игроков и команд \(https://www.fiba.basketball/en/search?#tab=players_and_teams\)](https://www.fiba.basketball/en/search?#tab=players_and_teams).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

Аппаратура и оргтехника:

• Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593 Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007- 11-15 Microsoft Office. 87473227, SoftLine 2018-12-30 Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30 Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

- Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- Видеокамера SONY BCR-CR42E;
- Видеомагнитофон и DVD рекордер;
- Интерактивная доска Smart Board 660;
- Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- Ноутбук - 3 штуки;
- Проектор Benq PB8263;
- Эквалайзер Berhringer FBQ;
- Экран Baronet 152*203 MW.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

Наименование вида спорта	Оснащенность специальных помещений для проведения занятий
Баскетбол	Площадка 28x15м. Баскетбольные щиты с кольцами: десять стационарных и 4 мобильных баскетбольные кольца, инвентарь

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **«Методика преподавания спортивных игр»** для обучающихся **на факультете адаптивной физической культуры, рекреации и туризма** 2 курса, направления подготовки/ специальности **49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)** направленности/профилю "Адаптивное физическое воспитание", "Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация", очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Теории и методики баскетбола.**

Сроки изучения дисциплины (модуля): **4 семестр**

Форма промежуточной аттестации: **зачёт с оценкой**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

III.

№	Виды текущего контроля	Количество баллов	
		зимняя сессия	баллы
1. 1	Опрос «Особенности обучения техники игры с различным контингентом занимающихся»	В течении сессии	10
2. 2	Написание плана-конспекта	В течении сессии	10
3. 3	Проведение части занятия	В течении сессии	5
4. 5	Выполнение контрольных нормативов	3 неделя сессии	каждый 5
5. 8	Составление положения и плана внеурочного занятия или спортивного мероприятия соревнования	В течении сессии	10
6. 9	Прохождение итогового теста по программе курса		10
7.	Посещение занятий		Каждый 1
ИТОГО баллов			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада, реферата по теме пропущенного занятия	5
2	Презентация по теме пропущенного занятия	8
3	Подготовка плана-конспекта учебного занятия	5
4	Участие в организации и проведении соревнований по баскетболу	10

IV. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Задания являются обязательными к выполнению. В случае невыполнения или получения неудовлетворительной оценки за выполнение обязательных заданий итоговая оценка будет неудовлетворительной независимо от суммы баллов, набранных на других видах текущего контроля.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение дисциплины завершается зачетом.

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом с оценкой

Набранные	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
зачет/незачет	Незачет	Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



Тренерский факультет

Кафедра теории и методики баскетбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.28 «Методика преподавания спортивных игр»

, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **49.03.02 - Физическая
культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

(код и наименование)

Направленность (профиль): **"Адаптивное физическое воспитание",
"Лечебная физическая культура", "Физическая реабилитация"**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2023, 2024, 2025 г.

Москва - 2022 г.

Информационная справка

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы/
144 часа.

1 .Целями освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания спортивных игр»:

- формирование готовности студентов к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта;
- овладение педагогическими знаниями, умениями и навыками;
- умение целенаправленно применять средства и методы баскетбола в педагогической деятельности.

Дисциплина «Методика преподавания спортивных игр» реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

4. В процессе изучения дисциплины, обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения данной образовательной программы.

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	форма обучения
1	2	
ОПК-1	<i>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и</i>	<i>4 семестр очная, 8 - заочная</i>
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>4 семестр очная, 8 - заочная</i>

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы/ 144 часа на очной форме обучения.

Очная форма

Формы промежуточной аттестации							
	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
№	(модуля)		Занятия лекционного	Занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы баскетбола	4 семестр	4	-	12		
	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4 семестр	2	-	6		4 семестр
	Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире		2	-	6		
2.	Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе	4 семестр	-	18	24		
	Тема: Характеристика игры		-	4	4		
	Тема: Техника баскетбола		-	8	10		
	Тема: Тактика баскетбола		-	6	10		
3.	Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства	4 семестр	-	28	36		
	Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола		-	28	36		
4.	Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу	4 семестр	-	10	12		
	Тема: Современные правила баскетбола		-	6	6		
	Тема: Методика организации и проведения соревнований		-	4	6		
Итого часов: 144			4	56	84		Зачет с оценкой

Заочная форма

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел: Общие основы баскетбола	8 семестр	2	-	33		
	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола	8 семестр	2	-	16		8 семестр
	Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире		-	-	17		
2.	Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе	8 семестр	-	6	33		
	Тема: Характеристика игры		-	2	3		
	Тема: Техника баскетбола		-	2	15		
	Тема: Тактика баскетбола		-	2	15		
3.	Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства	8 семестр	-	2	33		
	Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола		-	2	33		
4.	Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу	8 семестр	-	2	33		
	Тема: Современные правила баскетбола		-	1	16		
	Тема: Методика организации и проведения соревнований		-	1	17		
Итого часов: 144			2	10	132		Зачет с оценкой

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.29. Биомеханика двигательной деятельности»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: «49.03.02 – Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание,
Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация»

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института ТРРиФ
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
(наименование)
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Биомеханики и ЕНД
(наименование)
Протокол № 3 от «17» 09 2024 г.

Составитель: Лукунина Елена Анатольевна – кандидат педагогических наук,
доцент, доцент кафедры биомеханики и естественнонаучных дисциплин;
Шалманов Анатолий Александрович – доктор педагогических наук,
профессор, профессор кафедры биомеханики и естественнонаучных
дисциплин

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Биомеханика двигательной деятельности» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств при организации художественно-спортивных праздников. Ознакомить студентов с биомеханическими основами строения двигательного аппарата человека и физических упражнений как специфического средства физической культуры и спортивной тренировки.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина относится к базовому разделу ОПОП. Необходимость введения учебного курса «Биомеханика двигательной деятельности» обусловлена тем, что одной из основных ее задач является изучение закономерностей строения, формирования и совершенствования двигательных действий, используемых в качестве физических упражнений, одного из основных средств физического воспитания. С практической точки зрения биомеханика позволяет найти ответ на один из главных вопросов педагогики – чему учить?

Для более глубокого понимания физической сущности двигательных действий человека и сложности управления ими знаний основных законов механики недостаточно, необходимо учитывать закономерности более высокого порядка (биологические, социальные, психологические и др.). Поэтому изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как анатомия, физиология и психология.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-4	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	5		7
	ОПК-4.1. Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;			
	ОПК-4.3. Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики			

	психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно- измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС			
	ОПК-4.4. Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования			

	психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.			
ОПК-12	Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования	5		7
	ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометриии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического			

	эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.			
	ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 **зачетные единицы**,
144 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика	5	14	30	51		
2	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики). Методы исследования в биомеханике	5	2	4	8		
3	Тема 1.2. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека	5	2	6	8		
4	Тема 1.3. Биомеханические аспекты управления движениями человека	5	2	6	8		
5	Тема 1.4. Биомеханика двигательных качеств	5	4	6	8		
6	Тема 1.5. Спортивно-техническое мастерство	5	2	4	9		
7	Тема 1.6. Дифференциальная биомеханика	5	2	4	10		
8	Раздел 2. Частная биомеханика	5	6	14	20		
9	Тема 2.1. Движения вокруг осей	5	2	4	8		
10	Тема 2.2. Локомоторные движения	5	2	6	6		
11	Тема 2.3. Перемещающие движения	5	2	4	6		
	Итоговая форма контроля					9	Экзамен
	ИТОГО: 144		20	44	71	9	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика	7	2	10	78		
2	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики). Методы исследования в биомеханике		1	2	13		
3	Тема 1.2. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека				13		
4	Тема 1.3. Биомеханические аспекты управления движениями человека			2	13		
5	Тема 1.4. Биомеханика двигательных качеств		1	2	13		
6	Тема 1.5. Спортивно-техническое мастерство			2	13		
7	Тема 1.6. Дифференциальная биомеханика			2	13		
8	Раздел 2. Частная биомеханика		2	4	39		
9	Тема 2.1. Движения вокруг осей		2	2	13		
10	Тема 2.2. Локомоторные движения			2	13		
11	Тема 2.3. Перемещающие движения				13		
	Итоговая форма контроля						Экзамен
	ИТОГО: 144		4	14	117	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу

1. Предмет и задачи биомеханики. Особенности механического движения человека. Направления развития биомеханики. Задачи биомеханики спорта.
2. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная механическая модель мышцы. Возникновение силы упругой деформации в пассивной и активной мышце.
3. Тело человека как многозвенная система. Кинематические пары и цепи. Определение подвижности кинематических цепей (степени свободы). Проблема избыточности в управлении кинематическими цепями двигательного аппарата человека.
4. Виды рычагов. Условия равновесия и движения костных рычагов. «Золотое» правило механики. Действие мышц на костные рычаги.
5. Механика мышечного сокращения. Основные режимы мышечного сокращения. Последовательность механических явлений при мышечном сокращении. Мощность, работа и энергия мышечного сокращения.
6. Внешние силы в движениях спортсмена (силы упругой деформации, силы тяжести и веса, силы инерции, силы реакции опоры, силы трения, силы сопротивления среды).
7. Внутренние силы в движениях спортсмена и их отличие от внешних сил. Силы в пассивных элементах двигательного аппарата человека. Силы внутрибрюшного давления. Способы измерения внешних и внутренних сил.
8. Геометрия масс тела человека. Основные показатели, характеризующие распределение масс в теле человека. Центр объема и центр поверхности тела. Влияние масс-инерционных характеристик на движение человека.
9. Механическая энергия и работа в движениях человека. Фракции полной механической энергии звена (теорема Кенига). Понятие о внешней и внутренней работе перемещения тела человека. Способы экономии

энергии внутри системы. Методы измерения работы и энергии при движениях человека.

10. Понятие о двигательных качествах спортсмена. Параметрические и непараметрические зависимости между показателями, характеризующими двигательные качества спортсмена.
11. Зависимость силы действия человека от положения тела. Топография силы. Выбор положения тела при тренировке силы.
12. Зависимость силы действия человека от скорости и направления движения.
13. Элементарные формы проявления скоростных качеств. Динамика скорости ОЦМ тела в циклических локомоциях. Градиент силы.
14. Биомеханические аспекты двигательных реакций (виды двигательных реакций и их фазовый состав).
15. Биомеханическая характеристика гибкости. Пассивная и активная гибкость и способы их измерения.
16. Выносливость и способы ее измерения. Явные и латентные показатели выносливости.
17. Спортивно-техническое мастерство. Объем, разносторонность и рациональность спортивной техники.
18. Телосложение и моторика человека. Влияние размеров и пропорций тела человека на его двигательные возможности.
19. Онтогенез моторики человека (роль созревания и научения, двигательный возраст). Онтогенез моторики в отдельные возрастные периоды.
20. Движение вокруг осей. Динамика вращательного движения одного звена (механизм вращательного движения звена, изменение вращательного движения звена и системы звеньев). Влияние суставных сил на управление вращательным движением звена.
21. Управление движениями вокруг осей с изменением и сохранением кинетического момента. Способы управления вращательным движением в безопорном и опорном положении.

22. Положение тела человека (место, ориентация и поза). Условия равновесия тела человека и показатели устойчивости. Сохранение положения тела в условиях отсутствия и наличия внешних возмущающих воздействий. Особенности управления мышечной активностью при сохранении и восстановлении положения тела человека.
23. Локомоторные движения. Механизм отталкивания от опоры. Роль маховых движений при отталкивании от опоры.
24. Биодинамика ходьбы и бега. Биодинамика прыжка (разбег, отталкивание, полет, приземление).
25. Биомеханика водных локомоций. Плавучесть тел. Движущие и тормозящие силы в водной среде. Механизм гребковых движений.
26. Полет спортивных снарядов (основные показатели, определяющие траекторию спортивного снаряда). Влияние вращения снаряда на его поведение в полете.
27. Сила в перемещающих движениях. Особенности взаимодействия звеньев и выбора положения тела в двигательных действиях, требующих максимального проявления силы. Проблема слабого звена.
28. Скорость в перемещающих движениях. Понятие об абсолютной, относительной и переносной скорости. Механизм «хлеста».
29. Точность в перемещающих движениях (точность слежения и целевая точность). Показатели точности движений (систематическая и случайная ошибки). Проблемы целевой точности в ударных действиях.
30. Основы теории удара (понятие о механическом ударе и мера ударного взаимодействия). Виды ударов.
31. Биомеханика ударных действий. Фазовый состав ударных действий. Роль ударной массы и скорости рабочего звена тела

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Карпеев, А. Г. Биомеханика : учебное пособие : [16+] / А. Г. Карпеев, Н. П. Курнакова, Г. А. Коновалов ; Сибирский государственный университет физической

культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – Часть 1. – 148 с. : ил., схем.,табл.
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429352>

2. Карпеев, А. Г. Биомеханика : практикум : [16+] / А. Г. Карпеев, О. В. Кайгородцева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2022. – 48 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699158>

3. Медведев, В.Г. Биомеханика двигательной деятельности : метод. рекомендации / Ан. А. Шалманов, А.Е. Лукунина; В.Г. Медведев . – Москва : РГУФКСМиТ, 2017 . – 90 с. : ил. – <https://lib.rucont.ru/efd/671370/info>

б) Дополнительная литература:

1. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников [Электронный ресурс] : монография / С.А. Баранцев .— М. : Советский спорт, 2014 .— 304 с. : ил. — Библиогр.: с. 284-299 (259 назв.) .— ISBN 978-5-9718-0493-2 . — <https://rucont.ru/efd/774164>

2. Лабораторный практикум по биомеханике двигательной деятельности. Аппаратно-программный комплекс и учебная документация [Электронный ресурс] : учеб. пособие по дисциплине «Биомеханика двигательной деятельности» для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка» / Ан. А. Шалманов, Ал. А. Шалманов, Е.А. Лукунина, В.Г. Медведев . – М. : РГУФКСМиТ, 2016. – 93 с. : ил. – <https://lib.rucont.ru/efd/636926>

3. Медведев, В.Г. Спортивная биомеханика: Расчетно-графические работы [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физ. культура» / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), В.Г. Медведев .— М. : «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ», 2018 .— 60 с. : ил. — ISBN 978-5-905563-98-0 — <https://lib.rucont.ru/efd/675662/info?ysclid=m1upqafe43724623431>

4. Медведев, В.Г. Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / Ан. А. Шалманов, А.Е. Лукунина, В.Г. Медведев . – М. : РГУФКСМиТ, 2017 . – 90 с. : ил. – <https://rucont.ru/efd/671370?ysclid=m1uqw50a1w421578427>

5. Донской Д.Д. Строение действия (биомеханическое обоснование строения спортивного действия и его совершенствования): Учебно- методическое пособие для студентов физкультурных вузов и тренеров Д.Д. Донской. – М.: РГАФК, 1995. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=79127&DocQuerID=11517012&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=79127&DocQuerID=11517012&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=79127&DocQuerID=11517012&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Донской Д.Д. Расчетно-графические работы по биомеханике: Методические разработки для студентов ГЦОЛИФКа / Д.Д. Донской, Л. С. Зайцева, М. А. Каймин. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=19562&DocQuerID=11517013&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

7. Зациорский В.М. Введение (предмет и история биомеханики): Лекция для студентов ГЦОЛИФКа / В.М. Зациорский. – М.: ГЦОЛИФК, 1990. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22636&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=22636&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22636&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

8. Зациорский, В.М. Биомеханика двигательного аппарата человека / В.М. Зациорский, А.С. Аруин, В.Н. Селуянов. - М.: ФиС, 1981. - 143 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22632&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=22632&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22632&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

9. Зациорский В.М. Биомеханические основы выносливости / В.М. Зациорский, С.Ю. Алешинский, Н.А. Якунин. – М.: ФиС, 1982. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22630&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

10. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В.М. Зациорский. 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.: ил. (Серия «Спорт без границ») [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=185320&DocQuerID=11517015&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

11. Коренберг, В.Б. Спортивная биомеханика : слов.-справ. : учеб. пособие по биомеханике для студентов вузов физ. культуры / Коренберг В.Б.; МГАФК. - Малаховка.

Ч. 2: Биомеханическая система. Моторика и ее развитие. Технические средства и измерения. - 1999. - 192 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=114294&DocQuerID=11517016&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

12. Ратов И.П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П. Ратов, Г.И. Попов, А.А. Логинов, Б.В. Шмонин. – М.: ФиС, 2007. – 120 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=42267&DocQuerID=11517020&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

13. Сучилин Н.Г. Оптико-электронные методы измерения движений человека / Н.Г. Сучилин, В.С. Савельев, Г.И. Попов. – М.: Физкультура образование наука, 2000. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=101856&DocQuerID=11517021&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

14. Уткин, В.Л. Биомеханика физических упражнений : учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов и для ин-тов физ. культуры по спец. Н 2114 Физ. воспитание: Доп. Гособразовани^{ем} СССР / В.Л. Уткин. - М.: Просвещение, 1989. - 206 с.: ил., табл., граф. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=67507&DocQuerID=11517022&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

15. Шалманов Ал.А. Основные механизмы взаимодействия с опорой в прыжковых упражнениях: Метод. рекомендации для слушателей Высшей школы тренеров, факультетов усовершенствования и повышения квалификации / Ал.А. Шалманов, Ан.А. Шалманов. – М.: 1990. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72808&DocQuerID=11517023&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Медико-биологический портал – medline.ru.

Международная база данных с материалами по биомеханике – ncbi.nlm.nih.gov/pubmed.

Сайт зав. кафедрой биомеханики НГУ им. П.Ф. Лесгафта – allasamsonova.ru.

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – garant.ru.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

Электронная библиотечная система «Руконт» (rucont.ru).

Университетская библиотека ONLINE (biblioclub.ru).

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Центр развития электронных образовательных ресурсов <https://distant.msu.ru>

Медиабиблиотека просветительского проекта ЛЕКТОРИУМ - <https://www.lektorium.tv/medialibrary>

Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система informio.ru

Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА» <https://cyberleninka.ru/>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - <https://elibrary.ru>

Российский журнал биомеханики <https://vestnik.pstu.ru/biomech/about/inf/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы

данных:

1. Адаптивная физическая культура – профессиональная база данных – minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture.
2. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных – sportrf.gov.ru.
3. Информационный портал «Информию» – информационная справочная и поисковая система – informio.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской: *Лекционные занятия (161 аудитория)*

- комплект электронных презентаций, слайдов;
- аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Практические занятия (68, 70 аудитории)

- презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук);

Для проведения лабораторных работ на базе учебной лаборатории кафедры созданы: лабораторные стенды и учебная документация по их использованию в учебном процессе. Стенды включают в себя: динамометрический комплекс, оптико-электронная система, электромиография, динамометрическое устройство для измерения силы мышц – разгибателей нижних конечностей. Используются пакеты компьютерных программ для обработки электрических сигналов.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся

**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**по дисциплине (модулю) «Б1.О.29. Биомеханика двигательной деятельности»
для обучающихся института ТРРиФ 3/4 курса,
направления подготовки/ специальности: «49.03.02 – Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
направленности (профилю): «Адаптивное физическое воспитание, Лечебная
физическая культура, Физическая реабилитация»
очная/заочная формы (м) обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра Биомеханики
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5/7 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Биомеханика двигательной деятельности»	3 неделя	10
2	Защита расчетно-графических работ	5 неделя	15
3	Выступление на семинаре «Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека»	4 неделя	5
4	Выступление на семинаре Биомеханика двигательных качеств	8 неделя	5
5	Выступление на семинаре Движения вокруг осей Биомеханика двигательных качеств	10 неделя	5
6	Написание реферата по темам указанным в программе	16 неделя	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Биомеханика двигательной деятельности»		10
2	Защита расчетно-графических работ		15
3	Выступление на семинаре «Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека»		5
4	Выступление на семинаре Биомеханика двигательных качеств		5
5	Выступление на семинаре Движения вокруг осей Биомеханика двигательных качеств		5
6	Написание реферата по темам указанным в программе		10
7	Посещение занятий		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Биомеханика двигательной деятельности»	15
3	Выступление на семинаре «Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека», Биомеханика двигательных качеств	10
4	Защита расчетно-графических работ	20
5	Написание реферата по темам указанным в программе	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.29 – Биомеханика двигательной деятельности»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **«49.03.02 – Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья**

(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание,
Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация»**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 4 зачетные единицы (144 часа).

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 5/7

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Биомеханика двигательной деятельности» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств при организации художественно-спортивных праздников. Ознакомить студентов с биомеханическими основами строения двигательного аппарата человека и физических упражнений как специфического средства физической культуры и спортивной тренировки.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-4	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	5		7
	ОПК-4.1. Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста			

	и пола; ОПК-4.3. Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно- измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика			

	Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС			
	ОПК-4.4. Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.			
ОПК-12	Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования	5		7
	ОПК-12.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС;			

	- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектродметрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.			
	ОПК-12.3. Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.			

	функциональной подготовленности занимающихся, с учетом нозологических форм с использованием биомеханических аппаратно-программных комплексов (АПК)			
ОПК-12	Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования	5		7
	Знать: информативные биомеханические характеристики, отражающие эффективность различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования			
	Уметь: проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием АПК			
	Владеть: методами исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием АПК			

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 **зачетные единицы**,
144 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика	5	14	30	51		
2	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики). Методы исследования в биомеханике	5	2	4	8		
3	Тема 1.2. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека	5	2	6	8		
4	Тема 1.3. Биомеханические аспекты управления движениями человека	5	2	6	8		
5	Тема 1.4. Биомеханика двигательных качеств	5	4	6	8		
6	Тема 1.5. Спортивно-техническое мастерство	5	2	4	9		
7	Тема 1.6. Дифференциальная биомеханика	5	2	4	10		
8	Раздел 2. Частная биомеханика	5	6	14	20		

9	Тема 2.1. Движения вокруг осей	5	2	4	8		
10	Тема 2.2. Локомоторные движения	5	2	6	6		
11	Тема 2.3. Перемещающие движения	5	2	4	6		
	Итоговая форма контроля					9	Экзамен
	ИТОГО: 144		20	44	71	9	Экзамен

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика	7	2	10	78		
2	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики). Методы исследования в биомеханике		1	2	13		
3	Тема 1.2. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека				13		
4	Тема 1.3. Биомеханические аспекты управления движениями человека			2	13		
5	Тема 1.4. Биомеханика двигательных качеств		1	2	13		
6	Тема 1.5. Спортивно-техническое мастерство			2	13		
7	Тема 1.6. Дифференциальная биомеханика			2	13		
8	Раздел 2. Частная биомеханика		2	4	39		
9	Тема 2.1. Движения вокруг осей		2	2	13		
10	Тема 2.2. Локомоторные движения			2	13		
11	Тема 2.3. Перемещающие движения				13		
	Итоговая форма контроля						Экзамен
	ИТОГО: 144		4	14	117	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.30 Специальная педагогика»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа
дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа**

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная педагогика*» является: ознакомление студентов с основами дефектологической науки, с принципами обучения и воспитания аномальных детей, формирование практических навыков педагогической работы позволяющих раскрывать потенциальные компенсаторные и коррекционные возможности развития, обучения и воспитания аномальных детей.

Дисциплина (модуль) «*Специальная педагогика*» реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП(ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма	Очно-заочная	Заочная форма
1	3	5	6	7
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	5		7
ОПК-7.1	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;	5		7
ОПК-7.2	Умеет: - учитывать закономерности и факторы	5		7

	физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; -разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; -способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;			
ОПК-7.3	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	5		7
УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	5		7
УК-10.1.	Понимает значение основных правовых категорий, сущность коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни.	5		7
УК-10.2.	Проявляет гражданскую позицию, нетерпимое отношение к коррупционному поведению.	5		7
УК-10.3	Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры и антикоррупционного поведения	5		7

3. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Трудоемкость 4 з.е., 144 академ.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского о типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории	5	2	4	6		

	специальной педагогики						
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной Педагогики	5	2	4	6		
3	Раздел 2. История специальной Педагогики	5	2	4	6		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	5	2	4	6		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	5	4	10	18		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	5	2	4	6		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	5	2	4	6		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	5		2	6		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	5	12	20	30		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	5	2	4	6		

11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	5	2	4	6		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	5	2	4	6		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	5	2	4	4		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	5	2	4	4		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	5	2	4	4		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	5		6	11		.
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	5		2	4		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	5		2	4		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	5		2	3		
						9	Экзамен
Итого 144			20	44	71	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной

							аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского о типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7					
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной Педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7					
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального Образования	7			10		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	7					
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2	2	10		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и	7		2	10		

	личность педагога в системе специального образования.						
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	7					
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7		2	10		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	10		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	10		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7			10		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7		2	7		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			5		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	7					
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			5		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			5		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			5		
						9	Экзамен
Итого 144			4	14	117	9	Экзамен

4. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «*Специальная педагогика*» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине(модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

1. Задачи, методы и принципы специальной педагогики на современном этапе развития образования лиц с нарушениями здоровья.
2. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе I вида.
3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе II вида.
4. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе III вида.
5. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе IV вида.
6. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе V вида.
7. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе VI вида.
8. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе VII вида.
9. Особые образовательные потребности и содержание специального образования во вспомогательной школе VIII вида.
10. Формы организации специального образования.
11. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования. Модели интегрированного обучения.

12. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.

Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Специальная педагогика».

1. Каковы закономерности формирования и развития понятийного аппарата специальной педагогики?
2. Что такое параллельная терминология? Приведите примеры.
3. Употребление каких терминов сегодня нецелесообразно в условиях современной гуманистической парадигмы специальной педагогики?
4. Сформулируйте цели и задачи специальной педагогики.
5. Каковы Современные классификации ограниченных возможностей человека? Каковы основания этих классификаций? Каково основание педагогической классификации ограниченных возможностей человека с отклонениями в развитии?
6. Постройте диаграмму, иллюстрирующую количественное соотношение разных категорий детей с особыми образовательными потребностями в системе специального образования.
7. Охарактеризуйте современную структурную организацию специальной педагогики, укажите основные пути ее развития.
8. В чем заключается специфика философского понимания явлений специальной педагогики?
9. Какие функции выполняет философское знание в отношении специальной педагогики?
10. Проанализируйте основные тенденции развития представлений об аномальном человеке в истории философской мысли.
11. Какие изменения претерпела концепция социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями на протяжении XX в.?
12. Что такое патернализм и в чем он проявляется применительно к социокультурной интеграции лиц с ограниченными возможностями

жизнедеятельности?

13. Раскройте смысл идеи независимой жизни для лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности.

14. Каковы задачи специальной педагогики в подготовке ребенка с особыми образовательными потребностями к социокультурной интеграции? Что может сделать для этого Массовая система образования?

15. Как происходит развитие детской речи в норме? Каковы предпосылки и условия ее успешного развития?

16. Л.С. Выготский о соотношении мышления и речи.

17. Охарактеризуйте социальные аспекты речевого общения.

18. Какие можно выделить формы речевой патологии? Назовите те из них, которые относятся к компетенции специальной педагогики.

19. Существует ли связь между наличием в стране законодательства об обязательном школьном образовании и развитием сети специальных школ для аномальных детей?

20. Под влиянием каких социокультурных факторов происходят переход от единичных специальных образовательных учреждений для аномальных детей к формированию Национальных систем специального образования на территории Западной Европы?

21. В чем заключается уникальность социокультурного контекста становления системы специального образования в нашей стране?

22. К каким позитивным и негативным последствиям привела ориентация отечественной системы обучения аномальных детей на цензовое образование?

23. Справедливо ли утверждение о том, что в конце XX в. Западная Европа и Россия переживают разные периоды эволюции отношения к детям с нарушениями в развитии и соответственно находятся на разных этапах развития систем специального образования?

25. Можно ли считать терминологию, используемую государством и обществом для обозначения детей с нарушениями в развитии, одним из

показателей периода эволюции отношения к этим детям? Приведите аргументы из новейшей истории специального образования.

26. В чем сложность перехода отечественной системы специального образования на качественно новый этап своего развития?

27. В каких случаях в специальном образовании предусмотрена индивидуальная форма обучения?

28. Каковы возможности индивидуально-групповой формы работы?

29. Чем отличается урок в специальной школе от урока в массовой общеобразовательной школе?

30. Каковы принципы отбора средств обучения в специальном образовании?

31. Охарактеризуйте язык как средство обучения детей с особыми образовательными потребностями.

32. Каковы возможности искусства как средства коррекции и развития?

33. Каково место наглядных средств в специальном образовании?

34. Дайте характеристику основным группам технических средств обучения и компенсации нарушений в специальном образовании.

36. Какова цель, задачи и содержание медико-социально-педагогического патронажа как составной части системы специального образования? Какие службы и специалисты участвуют в этой работе?

37. Что такое медико-социальная профилактика?

38. Каковы функции психолого-медико-педагогической консультации?

39. Расскажите о сущности, содержании и опыте организации ранней комплексной помощи детям с отклонениями в развитии и их семьям.

40. Охарактеризуйте современную школьную систему специального образования в России.

41. В каких направлениях происходит развитие новых типов и видов специальных (коррекционных) образовательных учреждений?

42. Посетите некоторые имеющиеся в городе специальные (коррекционные)

образовательные учреждения для разных категорий детей с особыми образовательными потребностями. Опишите свои наблюдения.

43. Раскройте понятия «дети с трудностями в обучении», «дети с задержкой психического развития».

44. В чем состоит принципиальное отличие ребенка с задержкой психического развития от умственно отсталого ребенка?

45. Каковы содержание и организация коррекционно-образовательного процесса для *детей* сЗПР?

46. Раскройте понятие «умственная отсталость» и охарактеризуйте степени умственной отсталости.

5. Дайте психолого-педагогическую характеристику группе нарушений, связанных с выраженными интеллектуальными и дефектами.

47. Какие виды образовательных учреждений для лиц с нарушениями умственного развития вы знаете?

48. Каковы основные направления коррекционно-педагогической работы с умственно отсталыми дошкольниками? С детьми школьного возраста?

49. Какова система коррекционно-педагогической помощи лицам с тяжелыми нарушениями интеллекта за рубежом? В нашей стране?

50. Что должен знать и уметь учитель массовой общеобразовательной школы, если в его классе учится умственно отсталый ребенок? Ребенок с задержкой психического развития?

51. Какие речевые нарушения встречаются у детей?

52. Как отражаются речевые нарушения на развитии речи детей?

53. Чем характеризуется недоразвитие речи?

54. Какие нарушения речи затрудняют обучение ребенка в школе и почему?

55. Что должен учитывать учитель при обучении детей с проблемами овладения письмом и чтением?

56. В чем состоит особенность устного опроса заикающегося ученика в классе?

57. В каких случаях учитель должен рекомендовать родителям обратиться со своим ребенком к логопеду?
58. Дайте определение понятий «глухие», «слабослышащие», «позднооглохшие».
59. Как влияет нарушение слуха на развитие речи в детском возрасте?
60. Какие факторы учитывают при определении вида образовательного учреждения для ребенка с нарушенным слухом?
61. Каковы особенности речи слабослышащего ребенка? Что может сделать учитель общеобразовательной школы, если в его классе учится слабослышащий ребенок? Глухой ребенок?
62. Охарактеризуйте билингвистическую педагогическую систему обучения глухих.
63. Охарактеризуйте коммуникационную систему обучения глухих языку.
64. Каковы современные технические средства, используемые в образовании и повседневной жизни лиц с нарушенным слухом?
65. Каковы возможности лиц с нарушениями слуха в получении профессионального образования, социальной адаптации?
66. Дайте определение тифлопедагогики. Каково ее место в системе педагогического знания?
67. Дайте психолого-педагогическую характеристику слепых и слабовидящих детей.
68. Охарактеризуйте процесс специального образования ребенка с нарушенным зрением.
69. Каковы основные направления коррекционно-педагогической работы с детьми?
70. Что такое тифлотехника? Какие специальное оборудование, приспособления, приборы необходимы для обучения детей с нарушениями зрения?
71. Какие профессии, специальности, сферы труда можно рекомендовать незрячим? Слабовидящим?

72. Что такое синдром раннего детского аутизма (РДА)! Каковы основные характеристики этого синдрома?
73. Почему возникает РДА? дайте характеристику основных современных представлений по этому вопросу (наследственность, органическое поражение головного мозга, психогенные факторы).
74. Охарактеризуйте основные клинические проявления синдрома РДА. Каковы современные представления об основном дефекте при РДА? Какие нарушения можно отнести к вторичным, третичным?
75. Каковы возможности социализации для лиц с аутизмом? От каких факторов и условий зависит процесс социализации?
76. Как развивалась система помощи аутичным детям, подросткам и взрослым в России и за рубежом? дайте общую характеристику основных зарубежных и отечественных подходов к коррекции РДА.
77. Охарактеризуйте основные виды нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.
78. дайте общую характеристику детского церебрального паралича.
79. Раскройте этиопатогенетические факторы возникновения ДЦП.
80. Каковы особенности психических и речевых нарушений при различных формах ДЦП?
81. Раскройте основные принципы коррекционно-педагогической работы с детьми, страдающими церебральным параличом.
82. Охарактеризуйте типы специализированных учреждений в системе лечебно-педагогической помощи детям с церебральным параличом.
83. Охарактеризуйте возможности социальной адаптации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (по материалам книги Алана Маршалла «Я умею прыгать через лужи» и фильма Джеймса Ф. Кодлиера «Джонни»).
84. Назовите основные возможные сочетания дефектов развития.
85. Расскажите о содержании ранней психолого-педагогической помощи в семье ребенку со сложным дефектом.

86. Какие специализированные учреждения существуют для лиц со сложным дефектом в нашей стране?
87. Как организована психолого-педагогическая и социальная помощь людям со сложными нарушениями развития зарубежом?
88. Чем вызвана необходимость создания в России единой государственной системы раннего выявления и специальной помощи детям с отклонениями в развитии?
89. Охарактеризуйте наиболее известные отечественные модели ранней помощи.
90. Каковы приоритетные задачи ближайшего будущего в области становления отечественной системы раннего выявления и специальной комплексной помощи проблемным детям и их семьям?
91. Что такое интеграция? Каковы современные представления о месте человека с ограниченными возможностями в обществе? Что такое включенное образование?
92. Как развивались интеграционные процессы зарубежом?
93. В чем особенность развития интеграционных процессов в России?
94. Охарактеризуйте процесс дифференциации в системе массового образования. Почему он возник?
95. Выделите общее и особенное в системе коррекционно-развивающего обучения и компенсирующего обучения.
96. Каковы основные принципы педагогической системы М.Монтессори
97. Каковы основные принципы педагогической системы Р.Штайнера?
98. Каковы основные положения содержания и организации работы вальдорфского детского сада?
99. На какие этапы в развитии человека рассчитана структура вальдорфской школы? В чем ее привлекательность для обучения детей с особыми образовательными потребностями?
100. Попробуйте найти общие и отличительные черты вальдорфской школы

и Монтессори-школы в содержании и организации обучения детей с отклонениями в развитии.

101. Что такое Кэмпхиллское движение?

102. Объясните различие понятий «основной» и «ведущий» дефект?

Контрольные вопросы для самопроверки знаний.

1. Задачи, методы и принципы специальной педагогики на современном этапе развития образования лиц с нарушениями здоровья.

2. Особые образовательные потребности и содержание специального образования.

3. Педагогические технологии в системе специального образования.

4. Формы организации специального образования.

5. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.

6. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.

7. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.

8. Основные этапы развития специального образования.

9. Понятие нормы и отклонений в интеллектуальном, соматическом, психическом и моторном развитии человека. Эволюция этих понятий. Первичный, вторичный и третичный дефекты.

10. Причины возникновения детских аномалий.

11. Актуальные проблемы специальной педагогики на современном этапе развития общества.

12. Психолого-педагогическая характеристика детей с интеллектуальной недостаточностью.

13. Психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития.

14. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.

15. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.

16. Психолого-педагогическая характеристика детей с речевыми нарушениями.
17. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
18. Психолого-педагогическая характеристика детей со сложными дефектами.
19. Психолого-педагогическая характеристика детей, не успевающих в массовых школах («группариска»).
20. Принципы обучения детей с отклонениями в психофизическом развитии.
21. Коррекционная направленность обучения и воспитания детей с отклонениями в психофизическом развитии.
22. Система специальных учреждений для детей с особыми образовательными потребностями.
23. Требования к личности специалиста, работающего с детьми, имеющих отклонения в психическом и физическом развитии.
24. Понятие «сложные» (комбинированные) нарушения развития.
25. Основные методы и приёмы коррекционного обучения.
26. Учение Л.С. Выготского о сложной структуре аномального развития в процессе онтогенетического развития ребёнка.
27. Подготовка к школьному обучению детей с проблемами в развитии.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

Основная литература:

1. Климашин, И. А. Специальная педагогика : учебное пособие / И. А. Климашин .— Малаховка : МГАФК, 2017 .— 68 с. — библиогр. стр. 65-66 .

<https://lib.rucont.ru/efd/772931>

2. Скрыбина, Д.Ю. Специальная педагогика : учеб.-метод. пособие / Д.Ю. Скрыбина .— Глазов : ГГПИ, 2019 .— 61 с. <https://lib.rucont.ru/efd/715448>

Дополнительная литература:

3. Елецкая, О. В. Специальная педагогика : учебное пособие с практикумом для вузов : [16+] / О. В. Елецкая, М. В. Матвеева, Е. А. Логинова ; под общ.

ред. О. В. Елецкой. – Москва : Владос, 2019. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701401>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*

2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)

2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

4. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

7. Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

8. Библиотека «Куб» (www.koob.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

[4.Федеральный центр инклюзивного образования – ФГБОУ ВО МГППУ - https://www.inclusive-edu.ru/](https://www.inclusive-edu.ru/)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Специальная педагогика*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Специальная педагогика» для обучающихся института ИТРРиФ, 3, 4 курсов, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация *очная, заочная форма обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр (очная форма), 7 семестр (заочная форма)_

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

I. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	Тестирование по теме: «Особые образовательные потребности и содержание специального образования»	5 неделя	12*
2	Тестирование по теме: «Формы, средства и методы специального образования»	10 неделя	10*
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	20 неделя	12*
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>1 балла x 1 занятие = 32 баллов</i>
	Экзамен по дисциплине		30*
	ИТОГО		100 баллов

* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением интеллекта»	5
2	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением слуха»	5
3	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением зрения»	5
4	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с ПОДА»	5
5	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением речи»	5
5	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей со сложным дефектом»	5
7	Контрольная работа по теме: «Ранняя комплексная помощь»	5

Для студентов заочной и ускоренной формы обучения

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особые образовательные потребности и содержание специального образования»	20
2	Контрольная работа по теме: «Формы, средства и методы специального образования»	25
3	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	25
5	Экзамен	30
ИТОГО		100

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.30 Специальная педагогика»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа**

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):5/7

3. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная педагогика*» является: ознакомление студентов с основами дефектологической науки, с принципами обучения и воспитания аномальных детей, формирование практических навыков педагогической работы позволяющих раскрывать потенциальные компенсаторные и коррекционные возможности развития, обучения и воспитания аномальных детей.

Дисциплина (модуль) «*Специальная педагогика*» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП(ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма	Очно-заочная	Заочная форма
1	3	5	6	7
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	5		7
ОПК-7.1	Знает: - виды физических качеств и факторы, их определяющие; -особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;	5		7
ОПК-7.2	Умеет: - учитывать закономерности и факторы	5		7

	физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; -разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; -способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций;			
ОПК-7.3	Имеет опыт: - владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся; -планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;	5		7
УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	5		7
УК-10.1.	Понимает значение основных правовых категорий, сущность коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни.	5		7
УК-10.2.	Проявляет гражданскую позицию, нетерпимое отношение к коррупционному поведению.	5		7
УК-10.3	Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры и антикоррупционного поведения	5		7

5. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Трудоемкость 4 з.е., 144 академ.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории	5	2	4	6		

	специальной педагогики						
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной Педагогики	5	2	4	6		
3	Раздел 2. История специальной Педагогики	5	2	4	6		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	5	2	4	6		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	5	4	10	18		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	5	2	4	6		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	5	2	4	6		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	5		2	6		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	5	12	20	30		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	5	2	4	6		

11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	5	2	4	6		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	5	2	4	6		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	5	2	4	4		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	5	2	4	4		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	5	2	4	4		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	5		6	11		.
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	5		2	4		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	5		2	4		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	5		2	3		
						9	Экзамен
Итого 144			20	44	71	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной

							аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского о типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7					
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной Педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7					
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального Образования	7			10		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	7					
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2	2	10		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и	7		2	10		

	личность педагога в системе специального образования.						
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	7					
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7		2	10		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	10		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	10		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7			10		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7		2	7		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			5		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	7					
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			5		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			5		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			5		
						9	Экзамен
Итого 144			4	14	117	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.31 ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОПАТОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ
ПСИХОТЕРАПИИ»**

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

Профиль: Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура, Адаптивное физическое

воспитание Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №77 от «25» августа 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 02 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «03» сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «01» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «07» сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «05» сентября 2024 г.

Составитель: Лунина Наталья Владимировна, кандидат биологических наук, доцент, кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини РУС «ГЦОЛИФК»; Жук Ирина Александровна, кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ; Михайлова Марина Геннадьевна - кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна - кандидат медицинских наук, доцент, профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Возрастная психопатология с основами психотерапии» является: формирование знаний об особенностях психической организации человеческой деятельности с учетом возрастных и гендерных различий, а также об основных психотерапевтических и психологических методах реабилитации лиц с соматическими и психическими заболеваниями.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилям: Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура и Адаптивное физическое воспитание.

Дисциплина «Возрастная психопатология с основами психотерапии» относится к дисциплинам обязательной части.

Дисциплина (модуль) «Возрастная психопатология с основами психотерапии» является логическим продолжением и углублением знаний, полученных в результате овладения дисциплинами «Анатомия человека», «Физиология человека», «Общая патология и тератология», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Возрастная биология человека», «Частная патология», «Специальная психология», «Основы клинической психологии».

Дисциплина (модуль) «Возрастная психопатология с основами психотерапии» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Возрастная психопатология с основами психотерапии», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Этап формирования компетенции (номер семестра)	
Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	5	6
ОПК- 7.2.	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом чувствительных периодов развития их функций	5	6

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Предмет и задачи психопатологии; роль биологического и социального в генезе психических болезней в психопатологии, критерии психического здоровья	5	2	4	6		
2	Раздел 2. Возрастная динамика симптомов и синдромов психических заболеваний; нарушения восприятия, мышления, эмоций, памяти, внимания, интеллекта, сознания.	5	2	4	6		
3	Раздел 3. Классификация психических болезней; течение и исход психических болезней; этика и деонтология в психопатологии. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции,	5	2	4	6		

	различных соматических и сосудистых заболеваниях						
4	Раздел 4. Психопатия и акцентуация характера, неврозы и невротические реакции, реактивные психозы, эпилепсия; маниакально - депрессивный психоз, шизофрения.	5	2	4	6		
5	Раздел 5. Понятие о формах и видах психологической помощи. Направления и методы психотерапии, особенности, структура, основные школы психотерапии (гуманистическая, психоаналитическая и др.)	5	2	4	6		
6	Раздел 6. Понятие о психологической саморегуляции функционального состояния человека. Методы психологической саморегуляции.	5	2	4	6		
Итого часов:		72	12	24	36		Диф.зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Предмет и задачи психопатологии; роль биологического и социального в генезе психических болезней в психопатологии, критерии психического здоровья	6	0,5	1	10		
2	Раздел 2. Возрастная динамика симптомов и синдромов психических заболеваний; нарушения восприятия, мышления, эмоций, памяти, внимания, интеллекта, сознания.	6	--	1	10		
3	Раздел 3. Классификация психических болезней; течение и исход психических болезней; этика и деонтология в психопатологии. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции, различных соматических и сосудистых заболеваниях	6	-	2	10		
4	Раздел 4. Психопатия и акцентуация характера, неврозы и невротические реакции, реактивные психозы, эпилепсия; маниакально-депрессивный психоз, шизофрения.	6	-	2	10		
5	Раздел 5. Понятие о формах и видах психологической помощи.	6	0,5	2	10		

	Направления и методы психотерапии, особенности, структура, основные школы психотерапии (гуманистическая, психоаналитическая и др.)						
6	Раздел 6. Понятие о психологической саморегуляции функционального состояния человека. Методы психологической саморегуляции.	6	1	2	10		
Итого часов:		72	2	10	60		Диф.зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) – дифференцированный зачет.

Перечень примерных вопросов для подготовки к зачету по дисциплине (модулю) «Возрастная психопатология с основами психотерапии»

1. Основные критерии психического здоровья.
2. Показания к госпитализации.
3. Законодательство о психиатрической помощи.
4. Основные проявления психозов.
5. Основные проявления неврозов.
6. Психопатия – аномальный характер.
7. Эндогенные и экзогенные психозы.
8. Патология восприятия.
9. Патология мышления.
10. Патология эмоций.
11. Патология воли.
12. Патология памяти.
13. Нарушения интеллекта.
14. Нарушения сознания.
15. Понятия негативных и продуктивных симптомов.
16. Неврозы – психогенные заболевания.
17. Особые виды невротических расстройств детского и подросткового возраста.
18. Этиология неврозов у взрослых и детей.

19. Клинические проявления неврастении.
20. Клинические проявления истерического невроза.
21. Клинические проявления обсессивного невроза.
22. Соматизация неврозов.
23. Этиология психопатий.
24. Классификация и проявления различных типов психопатий.
25. Понятие девиантного поведения.
26. Этиология, формы течения, клинические проявления шизофрении.
27. Этиология, формы течения, клинические проявления маниакально-депрессивного психоза.
28. Реактивные психозы вследствие психических травм.
29. Этиология и клинические проявления эпилепсии.
30. Пароксизмальные состояния у детей.
31. Ранний детский аутизм и его разновидности.
32. Синдром дефицита с гиперактивностью и его разновидности.
33. Проблема дифференциальной диагностики в патопсихологии детского, подросткового и юношеского возраста.
34. Психологическая характеристика возрастной специфики психических расстройств в детском возрасте.
35. Возрастно-специфические заболевания, связанные с нарушением психического здоровья.
36. Проблема школьной дезадаптации и психология аномального развития.
37. Эмоциональные расстройства, специфичные для детского возраста.
38. Пути психологической помощи аномальным детям и их семьям.
39. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах.
40. Психические расстройства при соматических заболеваниях.
41. Психические расстройства при сосудистых заболеваниях головного мозга.
42. Понятия деонтологии, эмпатии. Виды общения.
43. Специфика использования знаний по клинической психологии в сфере адаптивной физической культуры.
44. Цель и задачи психологического консультирования. Основные модели.
45. Клинически ориентированная и личностно ориентированная психотерапия.
46. Телесно-ориентированная психотерапия.
47. Основные методы психической саморегуляции.
48. Цель и задачи аутотренинга.
49. Виды коррекционной работы в рамках пограничной патологии детского возраста.
50. Виды психологической и психотерапевтической помощи при тяжёлых психических расстройствах: эндогенных психозах и аффективной патологии.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Хилько, М. Е. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 201 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/510444>
2. Казакова, Е.В. Возрастная психология: учебное пособие / М.В. Корехова, М.А. Пономарева, Н.Ю. Флотская, А.Н. Зелянина, Л.И. Шахова, Э.В. Леус; Е.В. Казакова .— Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова, 2020 .— 216 с. <https://lib.rucont.ru/efd/742201>

б) Дополнительная литература:

1. Психология детей с отклонениями в интеллектуальном развитии : учебные материалы / Т.М. Ташина .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010 .— 57 с. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/177104>
2. Возрастная психопатология и психоконсультирование : учебное пособие / С.Н. Толстов, С.Ю. Толстова, Е.В. Руженская, А.С. Махов; ред. Т.В. Карасева .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010 .— 87 с. <https://lib.rucont.ru/efd/152929>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [https://ncpz.ru/siteconst/userfiles/file/book/Книги%20по%20психиатрии%20\(прочие\)/Психиатрия%20детского%20возраста%20психопатология%20развития%20Исаев%20Д.Н.%20\(2013\).pdf](https://ncpz.ru/siteconst/userfiles/file/book/Книги%20по%20психиатрии%20(прочие)/Психиатрия%20детского%20возраста%20психопатология%20развития%20Исаев%20Д.Н.%20(2013).pdf) Психиатрия детского возраста психопатология развития, Исаев Д.Н. (2013).pdf
2. <https://psychiatry.ru/lib/55/book/55> Личко А.Е. «Психопатии и акцентуации характера у подростков»

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).

2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)

МедУнивер - MedUniver.com (<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>)

Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>

Сетевой электронный научно-образовательный журнал «Современные вопросы биомедицины» («Modern Issues of Biomedicine»)

<https://svbskfmba.ru/>

Российский журнал спортивной науки: медицина, физиология, тренировка
<https://intsport.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Возрастная психопатология с основами психотерапии» для обучающихся института ГРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилей «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание», очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры. Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 (очная ф.о) семестр
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре по разделу 1	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре по разделу 2	В течение семестра	5
3	Выступление на семинаре по разделу 3	В течение семестра	5
4	Выступление на семинаре по разделу 4	В течение семестра	5
5	Выступление на семинаре по разделу 5	В течение семестра	5
6	Выступление на семинаре по разделу 6	В течение семестра	5
7	Подготовка и защита доклада по разделу 1-5 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
8	Подготовка и защита доклада по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
9	Подготовка инструкции и демонстрация навыков проведения одного из методов психологической саморегуляции по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка и защита доклада по темам разделов №1, № 2, №3, № 4, №5	10
2	Подготовка и защита доклада по темам разделов №6.	10
3	Подготовка инструкции и демонстрация навыков проведения одного из методов психологической саморегуляции по разделу 6 (по выбору студентов)	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Возрастная психопатология с основами психотерапии» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилей «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 (заочная ф.о) семестр

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

III. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка и защита доклада по разделу 1-5 (по выбору студентов)	В течение семестра	20
2	Подготовка и защита доклада по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	20
3	Подготовка инструкции и демонстрация навыков проведения одного из методов психологической саморегуляции по разделу 6 (по выбору студентов)	В течение семестра	10
4	Посещение занятий (лекционных и практических).	В течение семестра	30
	Дифференцированный зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка и защита доклада по темам разделов №1, № 2, №3, № 4, №5	20
2	Подготовка и защита доклада по темам разделов №6.	20
3	Подготовка инструкции и демонстрация навыков проведения одного из методов психологической саморегуляции по разделу 6 (по выбору студентов)	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.31 ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОПАТОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ
ПСИХОТЕРАПИИ»**

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

Профиль: Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура, Адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 5 семестр (очная форма обучения), 6 семестр (заочная форма обучения)

3. **Цель освоения дисциплины (модуля)** «Возрастная психопатология с основами психотерапии» является: формирование знаний об особенностях психической организации человеческой деятельности с учетом возрастных и гендерных различий, а также об основных психотерапевтических и психологических методах реабилитации лиц с соматическими и психическими заболеваниями.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Возрастная психопатология с основами психотерапии», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Этап формирования компетенции (номер семестра)	
Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-7	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций	5	6
ОПК- 7.2.	Умеет: - учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья; - разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп; - способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом чувствительных периодов развития их функций	5	6

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Предмет и задачи психопатологии; роль биологического и социального в генезе психических болезней в психопатологии, критерии психического здоровья	5	2	4	6		
2	Раздел 2. Возрастная динамика симптомов и синдромов психических заболеваний; нарушения восприятия, мышления, эмоций, памяти, внимания, интеллекта, сознания.	5	2	4	6		
3	Раздел 3. Классификация психических болезней; течение и исход психических болезней; этика и деонтология в психопатологии. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции,	5	2	4	6		

	различных соматических и сосудистых заболеваниях						
4	Раздел 4. Психопатия и акцентуация характера, неврозы и невротические реакции, реактивные психозы, эпилепсия; маниакально - депрессивный психоз, шизофрения.	5	2	4	6		
5	Раздел 5. Понятие о формах и видах психологической помощи. Направления и методы психотерапии, особенности, структура, основные школы психотерапии (гуманистическая, психоаналитическая и др.)	5	2	4	6		
6	Раздел 6. Понятие о психологической саморегуляции функционального состояния человека. Методы психологической саморегуляции.	5	2	4	6		
Итого часов:		72	12	24	36		Диф.зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Предмет и задачи психопатологии; роль биологического и социального в генезе психических болезней в психопатологии, критерии психического здоровья	6	0,5	1	10		
2	Раздел 2. Возрастная динамика симптомов и синдромов психических заболеваний; нарушения восприятия, мышления, эмоций, памяти, внимания, интеллекта, сознания.	6	--	1	10		
3	Раздел 3. Классификация психических болезней; течение и исход психических болезней; этика и деонтология в психопатологии. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции, различных соматических и сосудистых заболеваниях	6	-	2	10		
4	Раздел 4. Психопатия и акцентуация характера, неврозы и невротические реакции, реактивные психозы, эпилепсия; маниакально-депрессивный психоз, шизофрения.	6	-	2	10		
5	Раздел 5. Понятие о формах и видах психологической	6	0,5	2	10		

	помощи. Направления и методы психотерапии, особенности, структура, основные школы психотерапии (гуманистическая, психоаналитическая и др.)						
6	Раздел 6. Понятие о психологической саморегуляции функционального состояния человека. Методы психологической саморегуляции.	6	1	2	10		
Итого часов:		72	2	10	60		Диф.зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И. Волкова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.32 Биохимия»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание
Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

Протокол № 28 от «18 » июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №____от «__»_____20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №____от «__»_____20__г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №____от «__»_____20__г.

Составители: Тамбовцева Рита Викторовна, доктор биологических наук,
профессор, заведующая кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта им.
Н.И.Волкова;

Черемисинов Виталий Николаевич, кандидат биологических наук, профессор
кафедры биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова;

Плетнева Елена Викторовна, заведующая методическим кабинетом кафедры
биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

Рецензент: Панасюк Татьяна Владимировна, доктор биологических наук,
профессор кафедры анатомии и биологической антропологии

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Биохимия» является: вооружить будущих специалистов в области лечебной физической культуры знаниями химических основ процессов жизнедеятельности, особенностей протекания биохимических процессов при занятиях физической культурой, а также в период отдыха после мышечной работы. Биохимия раскрывает сущность и значение молекулярных процессов, происходящих в клетках и тканях живого организма в различных его состояниях. Изучение биохимии способствует формированию у студентов правильного понимания причин тех изменений в организме человека, которые наблюдаются в результате систематических занятий физической культурой, а также возникновения отклонений различного характера в состоянии здоровья.

Дисциплина «Биохимия» реализуется на русском языке

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Курс

биохимии основывается на знаниях и умениях, которые обучающиеся в физкультурных ВУЗах получили при освоении дисциплины химии в средней школе и общей биологии в ВУЗе. Биохимия является необходимой предшественницей при изучении биоэнергетики физических упражнений, общей физиологии и физиологии мышечной деятельности, гигиены и спортивной медицины. Биохимия играет важную роль в создании научных основ физического воспитания. Дисциплина относится к базовой части общеобразовательной программы.

В результате освоения дисциплины студенты должны знать сущность химических превращений в организме человека, лежащих в основе жизнедеятельности;

уметь выявлять зависимость биохимических процессов в различных тканях и органах от особенностей выполняемой работы и условий, в которых она выполняется;

знать закономерностей протекания восстановительных процессов и процессов биохимической адаптации под влиянием систематической мышечной деятельности;

владеть навыками использования биохимических знаний для подбора наиболее эффективных средств и методов коррекции отклонений в состоянии здоровья, повышения физической работоспособности, совершенствования двигательных качеств человека и сохранения его здоровья, организации рационального питания лиц, занимающихся физическими упражнениями, учёта их возрастных особенностей;

владеть методами научного исследования и навыками их рационального использования.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач				
УК-1	Знать: УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач. УК 1.2. Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.	4		5
	Уметь: УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. УК-1.4. Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках	4		5
	Владеть: УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений. УК-1.6. Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.	4		5

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1						
1	Введение в биохимию. Химический состав организма человека. Водно-дисперсные системы организма человека.	4	2	2	4		
2	Общие закономерности обмена веществ и энергии в организме человека	4		2	4		
3	Общие принципы регуляции обмена веществ в организме человека	4	2	2	3		
4	Биокатализ, ферменты. Гормоны. Витамин .	4		2			
5	Углеводы. Обмен углеводов.	4	2	2	4		
6	Липиды. Обмен	4	2	2	4		

	липидов						
7	Белки и нуклеотиды. Обмен белков и нуклеотидов.	4	2	2	4		
8	Обмен воды и минеральных соединений.	4		2	3		
	Раздел 2.						
9	Биохимия мышц и мышечного сокращения	4	2	2	4		
10	Энергетика мышечной деятельности	4	2	2	4		
11	Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления.	4		2	4		
12	Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	4		2	4		
13	Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематических мышечных нагрузок	4		2	4		
14	Биохимические основы силы, быстроты и выносливости	4		2	4		
15	Возрастные особенности протекания биохимических процессов при занятиях физическими упражнениями	4		4	3		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			14	32	53	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1						
1	Введение в биохимию. Химический состав организма чело-века. Водно-дисперсные системы организма человека.	5	0,5		4		
2	Общие закономерности обмена веществ и энергии в организме человека	5	0,5		4		
3	Общие принципы регуляции обмена веществ в организме человека	5	1		6		
4	Углеводы. Обмен углеводов.	5		2	6		
5	Липиды. Обмен липидов	5		1	6		
6	Белки и нуклеотиды. Обмен белков и нуклеотидов.	5		1	6		
7	Обмен воды и минеральных соединений.	5		1	6		
	Раздел 2.						
8	Биохимия мышц и мышечного сокращения	5		1	8		
9	Энергетика мышечной деятельности	5		1	6		
10	Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления.	5		1	10		
11	Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	5		1	8		
12	Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематических мышечных нагрузок	5		1	5		
13	Биохимические основы силы, быстроты и выносливости	5		1	5		
14	Возрастные особенности	5		1	5		

	протекания биохимических процессов признания физических упражнениями						
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	12	85	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Оценочные средства, используемые при изучении дисциплины:

1. Тестовые задания.
2. Контрольные работы.
2. Реферат.
3. Презентация.

Промежуточный контроль и оценка результатов обучения по дисциплине «Биохимия» осуществляется путем ответа на контрольные теоретические вопросы к экзамену.

Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу

1. Химический состав организма человека. Химические элементы, соединения, ионы, входящие в состав организма человека, их процентное содержание. Понятие о макро-, микро- и ультрамикроэлементах организма человека.
2. Водно-дисперсные системы организма человека, их химический состав, классификация и свойства.
3. Диффузия и осмос, их роль в жизнедеятельности человека и проявления при физических нагрузках.
4. Активная реакция жидких сред организма, её роль в биохимических процессах. Водородный показатель, его экспериментальное определение.
5. Буферные системы организма человека и их роль при выполнении интенсивных физических нагрузок.

6. Обмен веществ между организмом и внешней средой как основное условие жизни, источник энергии для всех физиологических функций. Связь обменных процессов с клеточными структурами.
7. Источники энергии живых организмов. Биологическое окисление – основной путь преобразований энергии в живых организмах. Аэробное и анаэробное биологическое окисление.
8. Аэробное окисление. Дыхательная цепь и перенос электронов. Ферменты аэробного окисления. Кислород как акцептор водорода.
9. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ). Особенности ее химического строения. Содержание и роль АТФ в организме человека.
10. Окисление, сопряженное с фосфорилированием. Энергетический эффект аэробного окисления. Свободное окисление. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма. Локализация систем аэробного окисления в клетке.
11. Условия протекания реакций обмена веществ в живых организмах. Роль ферментов в обмене веществ. Особенности химического строения и свойства ферментов. Механизм действия ферментов.
12. Витамины, их классификация. Пути воздействия витаминов на обменные процессы. Роль витаминов в образовании ферментов. Понятия о гиповитаминозе, авитаминозе, гипервитаминозе. Пищевые источники витаминов.
13. Гормоны, общие представления об их химическом строении. Роль гормонов в регуляции обмена веществ в организме. Влияние гормонов на клеточную систему саморегуляции.
14. Углеводы, содержащиеся в продуктах питания. Особенности их химического строения, свойства и биологическая роль.
15. Химические превращения углеводов в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения углеводов, пути их использования в организме. Депонирование углеводов. Синтез гликогена.
16. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз). Последовательность химических реакций гликолиза. Ресинтез АТФ в ходе гликолиза.
17. Аэробная стадия углеводного обмена. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ. Энергетический эффект аэробного окисления углеводов.
18. Липиды, их классификация. Химический состав, строение, свойства предельных и непредельных жиров. Биологическая роль жиров.
19. Жироподобные вещества, их классификация. Фосфолипиды, гликолипиды, стероиды, особенности их химического строения, свойства, биологическая роль.
20. Холестерин, химическое строение, превращения в организме человека, биологическая роль.

21. Химические превращения липидов в процессах пищеварения. Роль желчных кислот в переваривании липидов и всасывании продуктов пищеварения. Превращения продуктов пищеварения липидов во внутренней среде организма.
22. Использование жиров в процессах энергетического обмена. Мобилизация жиров. Внутриклеточные превращения глицерина. Энергетический эффект окисления глицерина.
23. Распад жирных кислот путём β -окисления. Образование ацетил-кофермента А в ходе β -окисления и его превращения в цикле трикарбоновых кислот. Энергетический эффект полного окисления жирных кислот.
24. Образование кетоновых тел из ацетил-кофермента А. Распад кетоновых тел в процессах энергетического обмена.
25. Белки, определение понятия. Содержание и роль белка в организме человека.
26. Химический состав белков. Понятие о первичной, вторичной, третичной и четвертичной структуре белковых молекул. Свойства белков.
27. Классификация белков. Химический состав, строение и биологическая роль белков разных классов.
28. Нуклеотиды, их состав. Классификация и биологическая роль нуклеотидов.
29. Нуклеиновые кислоты. Химический состав, строение и биологическая роль дезоксирибонуклеиновых (ДНК) и рибонуклеиновых (РНК) кислот.
30. Химические превращения белков в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения белков, пути их использования в организме.
31. Синтез специфических белков в организме, его основные этапы. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка. Регуляция синтеза белка.
32. Внутриклеточные превращения аминокислот. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот.
33. Образование и устранение аммиака в организме. Временное и постоянное связывание аммиака. Орнитиновый цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака.
34. Взаимосвязь превращений углеводов, белков, липидов: наличие общих промежуточных продуктов и путей превращений, Взаимопревращения различных классов соединений. Центральная роль ацетилкофермента А в обмене углеводов, липидов, белков.
35. Потребность организма человека в поступлении с пищей углеводов, липидов, белков. Понятие о полноценности липидного и белкового питания.
36. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме. Обмен воды и его регуляция у человека.
37. Минеральные соединения организма человека, их содержание, распределение между отдельными тканями и биологическая роль. Обмен минеральных соединений и его регуляция.
38. Химический состав мышечной ткани. Содержание и роль важнейших белков, липидов, углеводов, низкомолекулярных азотистых соединений, воды и минеральных веществ в мышечной ткани.

39. Строение мышечного волокна. Молекулярное строение миофибрилл. Роль химических составных частей миофибрилл в обеспечении сократительной функции мышц.
40. Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Содержание АТФ в мышечном волокне и ее роль в двухфазной мышечной деятельности.
41. Пути ресинтеза АТФ при мышечной работе. Понятие о мощности, емкости и эффективности процессов ресинтеза АТФ.
42. Креатинфосфат. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции. Количественные характеристики креатинфосфокиназной реакции, ее роль в энергетическом обеспечении мышечной работы.
43. Гликолиз как путь ресинтеза АТФ при мышечной деятельности. Характеристика мощности, емкости и энергетической эффективности гликолиза. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.
44. Молочная кислота. Её влияние на обменные процессы при физических нагрузках. Пути устранения молочной кислоты во время работы и в период отдыха после неё.
45. Аэробный путь ресинтеза АТФ. Мощность, емкость, эффективность аэробного ресинтеза АТФ. Субстраты аэробного окисления. Потребность в кислороде и условия обеспечения им тканей при работе различного характера.
46. Понятие о «срочных», «отставленных» и «кумулятивных» биохимических изменениях при физических нагрузках.
47. Зависимость «срочных» биохимических изменений от количества участвующих в работе мышц, режима их деятельности, мощности и продолжительности упражнения.
48. Понятие о кислородном долге. Биохимические процессы, лежащие в основе образования и устранения кислородного долга.
49. Утомление. Биохимические изменения в организме, вызывающие утомление. Роль центральных и периферических факторов в возникновении утомления.
50. Направленность биохимических процессов в организме человека в период отдыха после работы. Гетерохронность восстановления различных веществ, распавшихся при выполнении работы.
51. Суперкомпенсация, причины ее возникновения. Суперкомпенсация как основа биохимической адаптации организма под влиянием систематической тренировки.
52. Выносливость. Понятие об алактатном, гликолитическом и аэробном компонентах выносливости. Биохимические факторы, определяющие проявление различных компонентов выносливости.
53. Биохимические и структурные факторы, определяющие проявление мышечной силы и скоростных качеств.
54. Особенности биохимических изменений в мышцах под влиянием систематических упражнений скоростно-силового характера.
55. Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематической мышечной деятельности.

56. Особенности протекания обменных процессов в растущем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с детьми и подростками.

57. Особенности обменных процессов в стареющем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с лицами зрелого и пожилого возраста.

58. Биохимическое обоснование использования факторов питания для повышения спортивной работоспособности, ускорения процессов восстановления, стимулирования адаптации к систематическим мышечным нагрузкам, коррекции неблагоприятных изменений в организме.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Черемисинов, В.Н. Биохимия человека : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 «Физ. культура» и 49.03.02 «Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптив. физ. культура)» / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК); В.Н. Черемисинов .— Москва : ТВТ Дивизион, 2019 .— 368 с. <https://lib.rucont.ru/efd/719634>
2. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов .— 7-е изд., стер. — Москва : Советский спорт, 2013 .— 348 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/279319>

б) Дополнительная литература

1. Черемисинов, В.Н. Биохимия человека : учеб. пособие / В.Н. Черемисинов . — Москва : РГУФКСМиТ, 2018 .— 411 с. : ил. — Авт. указан на обороте тит. Л. <https://lib.rucont.ru/efd/671369>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

«Российское образование» – федеральный портал - www.edu.ru

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия - www.garant.ru

МедУнивер - meduniver.com/Medical/Anatom/

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

«Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

Национальная электронная библиотека - <http://НЭБ.РФ>

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*

2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Российская спортивная энциклопедия <http://www.libsport.ru/>

Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс

[\(\[mediasphera.ru\]\(http://mediasphera.ru\)\)](http://mediasphera.ru)

Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)

База знаний по биологии человека (<http://humbio.ru>)

Сетевой электронный научно-образовательный журнал «Современные вопросы биомедицины» («Modern Issues of Biomedicine») <https://svbskfmba.ru/>

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Электронная библиотечная система «Консультант студента» <https://www.studentlibrary.ru>

Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

Большая Медицинская Энциклопедия (<https://xn--90aw5c.xn--c1avg/>)

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Библиотека «Куб» (www.koob.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Антидопинговое обеспечение – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима учебная аудитория с количеством посадочных мест, соответствующим численности учебной группы. Для наглядного представления учебного материала требуются:

- учебная доска,
- комплект настенных таблиц по всем темам курса,
- компьютер,
- видеопроектор,
- экран.

Для проведения лабораторного практикума необходимы:

- a. Учебная лаборатория с постоянным оборудованием приборами, реактивами, лабораторной посудой;
- b. тредбан, велоэргометр;
- c. фотометр, рН-метр, термостат, центрифуга, лактиметр, газоанализатор;
- d. стандартные наборы реактивов для определения содержания важнейших метаболитов в биологических объектах.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) _«Биохимия»

для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
2/3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.02 «Физическая
культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья», направленности (профилю)
Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация; очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная
ф.о.), 5 семестр (заочная ф.о.)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Общие закономерности обмена веществ»	20 неделя	5
2	Контрольная работа по разделу «Обмен углеводов»	23неделя	5
3	Контрольная работа по разделу «Обмен липидов»	26неделя	5
4	Контрольная работа по разделу «Обмен белков и нуклеиновых кислот»	29 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу: «Биохимия мышечного сокращения»	30неделя	5
6	Тест по теме «Химические реакции мышечного сокращения»	32 неделя	5
7	Тест по теме «Энергетика мышечной деятельности»,	33 неделя	5
8	Тест по теме «Возрастные особенности протекания биохимических процессов»	34 неделя	5
9	Выступление на семинаре	В течение семестра	5
10	Написание реферата по теме «Биохимия восстановления»,	В течение семестра	15
11	Презентация по теме «Биохимические факторы, определяющие проявления силы, быстроты, выносливости»	В течение семестра	10
12	Посещение занятий	В течение	10

		семестра	
	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) пропущенному студентом	5
3	Выступление на семинаре по теме пропущенного занятия	10
4	Написание доклада по теме «Биохимия восстановления»,	5
5	Презентация по теме «Биохимические факторы, определяющие проявления силы, быстроты, выносливости»	5
6	Написание реферата по теме «Название»	15
7	Презентация по теме «Название»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт² туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биохимии и биоэнергетики спорта

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.32 Биохимия»

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

Направленность (профиль)³:
Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

² Указывается наименование института, экспертно-методический совет которого утверждает рабочую программу дисциплины (модуля).

³ Если аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля) создается для нескольких направленностей (профилей) и имеет сходное содержание, то возможно перечисление направленностей (профилей), в рамках которых она реализуется, в том числе в случае ее реализации с использованием различных форм обучения.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) 4 (очная ф.о.) и 5 (заочная ф.о.).

3.Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «Биохимия» является: вооружить будущих специалистов в области лечебной физической культуры знаниями химических основ процессов жизнедеятельности, особенностей протекания биохимических процессов при занятиях физической культурой, а также в период отдыха после мышечной работы. Биохимия раскрывает сущность и значение молекулярных процессов, происходящих в клетках и тканях живого организма в различных его состояниях. Изучение биохимии способствует формированию у студентов правильного понимания причин тех изменений в организме человека, которые наблюдаются в результате систематических занятий физической культурой, а также возникновения отклонений различного характера в состоянии здоровья.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1						

1	Введение в биохимию. Химический состав организма человека. Водно-дисперсные системы организма человека.	4	2	2	4		
2	Общие закономерности обмена веществ и энергии в организме человека	4		2	4		
3	Общие принципы регуляции обмена веществ в организме человека	4	2	2	3		
4	Биокатализ, ферменты. Гормоны. Витамин .	4		2			
5	Углеводы. Обмен углеводов.	4	2	2	4		
6	Липиды. Обмен липидов	4	2	2	4		
7	Белки и нуклеотиды. Обмен белков и нуклеотидов.	4	2	2	4		
8	Обмен воды и минеральных соединений.	4		2	3		
	Раздел 2.						
9	Биохимия мышц и мышечного сокращения	4	2	2	4		
10	Энергетика мышечной деятельности	4	2	2	4		
11	Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления.	4		2	4		
12	Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	4		2	4		
13	Закономерности	4		2	4		

	биохимической адаптации под влиянием систематических мышечных нагрузок						
14	Биохимические основы силы, быстроты и выносливости	4		2	4		
15	Возрастные особенности протекания биохимических процессов при занятиях физическими упражнениями	4		4	3		
						9	Экзамен
Итого часов: 108			14	32	53	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1						
1	Введение в биохимию. Химический состав организма чело-века. Водно-дисперсные системы организма человека.	5	0,5		4		
2	Общие закономерности обмена веществ и энергии в организме человека	5	0,5		4		
3	Общие принципы регуляции обмена веществ в организме человека	5	1		6		
4	Углеводы. Обмен углеводов.	5		2	6		
5	Липиды. Обмен липидов	5		1	6		
6	Белки и нуклеотиды. Обмен белков и нуклеотидов.	5		1	6		
7	Обмен воды и минеральных соединений.	5		1	6		
	Раздел 2.						
8	Биохимия мышц и мышечного сокращения	5		1	8		
9	Энергетика мышечной деятельности	5		1	6		
10	Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления.	5		1	10		
11	Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	5		1	8		
12	Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематических мышечных нагрузок	5		1	5		
13	Биохимические основы силы, быстроты и выносливости	5		1	5		
14	Возрастные особенности	5		1	5		

	протекания биохимических процессов признаниях физических упражнениями						
						9	Экзамен
Итого часов: 108			2	12	85	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Спортивная медицина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.О.33 Врачебный контроль в адаптивной физической культуре»

Направление подготовки:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Адаптивное физическое воспитание
Физическая реабилитация
Лечебная физическая культура**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Спортивной медицины
Протокол № 16 от «16» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № 4 от « 17» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Золичева Светлана Юрьевна – кандидат медицинских наук,
доцент, доцент кафедры спортивной медицины;

1. Целью освоения дисциплины (модуля) «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре» являются: ознакомление студентов с основными разделами врачебного контроля за лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и занимающимися физической культурой и спортом. Знание методов обследования занимающихся физической культурой, отклонений в состоянии здоровья или функционального состояния, способности выполнять запланированные нагрузки, особенно в возрастном аспекте необходимы для их будущей профессиональной деятельности. Данная программа реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Предлагаемая программа относится к вариативной части и является составной частью единого процесса приобретения знаний – основ профессиональной деятельности в сфере образования.

Предлагаемая дисциплина позволяет расширить и углубить знания, умения, навыки и компетенции, определяемые содержанием базовых дисциплин для успешной профессиональной деятельности и продолжения профессионального образования в бакалавриате.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

4.

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	очная форма обучения		Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

ОПК-4.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	6		6
ОПК-4.1.	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;			
ОПК-4.2.	Знает: - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС.			
ОПК-4.3.	Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений			

человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно- измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометриии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в			

	ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС.			
ОПК-12.	Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования			
ОПК-12.1	Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно- измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно- исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки			
ОПК-12.2	Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и			

образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометриии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты;			

	- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений			
ОПК-12.3	Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований			

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

Очная форма

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции	Практические занятия	СРС	Контроль	
1	Раздел 1. Введение в дисциплину Организация врачебного контроля.	6	2		42		
2	Раздел2. Методическое содержание дисциплины	6	8	20			
3	2.1. Врачебный контроль в комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Цели, задачи и содержание врачебного контроля.		2		2		
4	2.2. Спортивно-медицинская классификация инвалидов.		2		4		
5	2.3. Методы врачебного контроля.				2		
6	2.4. Исследование и оценка физического развития.			2	4		
7	2.5. Исследование функционального состояния систем организма инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями.			2	4		
8	2.6. Тестирование физической работоспособности и тренированности.			2	2		
9	2.7. Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием.		2	2	2		
10	2.8. Особенности врачебного контроля		2	2	4		

	за лицами различного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом. Простейшие функциональные пробы						
11	2.9. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			2	2		
12	2.9. Влияние систематических занятий физкультурой и спортом на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки..				4		
13	2.10. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности.			2	2		
14	2.11. Травматизм и заболевания. Причины и профилактика.			2	2		
15	2.12. Патологические состояния спортсменов. Понятие о реанимации.			2	2		
16	2.13. Основы десмургии.			2	2		
17	2.14. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований.				4		
Итого часов: 72			10	20	42		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
		6					
1	Введение в дисциплину. Организация врачебного контроля.				6		
2.	Врачебный контроль в комплексной реабилитации			1	2		

	инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Цели, задачи и содержание врачебного контроля						
3.	Спортивно-медицинская классификация инвалидов.		2	1	8		
4.	Особенности врачебного контроля за лицами различного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом.			4	6		
	Тема 4.1..Исследование и оценка физического развития.						
	Тема 4.2.Исследование функционального состояния систем организма инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями.						
	Тема 4.3.Тестирование физической работоспособности и тренированности.						
5.	Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием				4		
6.	Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.				8		
7.	Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности лиц занимающихся физическими упражнениями с отклонениями в состоянии здоровья.				6		
8.	Травматизм и заболевания инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями. Причины и профилактика.				8		
9.	Патологические состояния инвалидов - спортсменов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся физическими упражнениями. Понятие о реанимации.			2	6		
10.	Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных				8		

	соревнований спортсменов - инвалидов и лиц занимающихся физическими упражнениями с отклонениями в состоянии здоровья.						
	Итого часов: 72		2	8	62		Зачет

6. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

6.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

6.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

- 1) Основные цели и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре.
- 2) Роль и значение врачебного контроля в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- 3) Известные Вам методы и средства врачебного контроля.
- 4) Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам при патологии зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата.
- 5) Функциональные методы исследования, используемые в практике врачебного контроля.
- 6) Методы оценки физического развития человека, их возможности.
- 7) Составные части антропометрического обследования.
- 8) Роль адаптивной физической культуры в совершенствовании физического развития инвалида и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- 9) Известные Вам методы тестирования физической работоспособности и их возможности.

- 10) Методы выбора нагрузок и их виды, используемые при тестировании физической работоспособности.
- 11) Критерии физической работоспособности человека.
- 12) Простейшие функциональные пробы сердечнососудистой системы, используемые у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
- 13) Типы реакции сердечнососудистой системы на выполнение функциональных проб.
- 14) Методика выполнения функциональных проб сердечнососудистой системы у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
- 15) Основные задачи медицинского контроля во время тренировок, соревнований, массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- 16) Общее понятие о допинге и суть его вреда для здоровья спортсмена.
- 17) Запрещённые классы веществ и запрещённые методы, относящиеся к допингу.
- 18) Штрафные санкции к спортсменам за применение запрещённых фармакологических препаратов.
- 19) Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с врождёнными и приобретёнными дефектами конечностей.
- 20) Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с последствиями травм позвоночника и спинного мозга.
- 21) Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с нарушением мозговой двигательной активности.
- 22) Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов, отнесённых к категории «прочие».
- 23) Виды травматизма и их краткая характеристика.
- 24) Признаки перенапряженности и перетренированности человека.

- 25) Причины развития перенапряженности и перетренированности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, меры профилактики.
- 26) Виды и назначение повязок.
- 27) Техника наложения повязок.
- 28) Сроки и объём первичных реанимационных мероприятий.
- 29) Техника проведения закрытого массажа сердца.

Примерная тематика рефератов и презентаций для студентов

- 1) Врачебный контроль как составная часть системы адаптивной физической культуры.
- 2) Необходимость врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации инвалидов.
- 3) Задачи и объём мероприятий врачебного контроля за инвалидами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
- 4) Функциональные методы исследования. Их значение во врачебном контроле.
- 5) Методы тестирования физической работоспособности.
- 6) Методика выбора мощности и продолжительности нагрузок при велоэргометрии.
- 7) Применение тредмил-теста в практике врачебного контроля.
- 8) Велоэргометрический метод тестирования физической работоспособности.
- 9) Физическая работоспособность человека и факторы на неё влияющие.
- 10) Простейшие функциональные пробы и тесты кардио-респираторной системы и их оценка.
- 11) Типы реакций сердечнососудистой системы на функциональные пробы.
- 12) Оценка физического развития человека, её методы.
- 13) Значение адаптивной физической культуры в совершенствовании физического развития.
- 14) Влияние допинга на здоровье спортсмена, его спортивную карьеру.

- 15) История развития и содержание допинг-контроля на Олимпийских/Паралимпийских Играх.
- 16) Необходимость спортивно-медицинских классификаций спортсменов-инвалидов при проведении Международных спортивных состязаний.
- 17) Медицинский контроль во время тренировок, соревнований, кассовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- 18) Травматизм как медико-социальная проблема современности.
- 19) Признаки и проявления перенапряженности и перетренированности человека.
- 20) Причины перенапряжения и перетренированности человека.
- 21) Взаимосвязь адаптивной физической культуры и врачебного контроля.

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. Цели, задачи и содержание врачебного контроля в адаптивной физической культуре.
2. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам.
3. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с врожденными и ампутированными дефектами конечностей.
4. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с последствиями травм позвоночника.
5. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с нарушениями мозговой двигательной системы.
6. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов, отнесенных к категории «ПРОЧИЕ»
7. Организационные основы врачебно-педагогического контроля лиц с ограниченными функциональными возможностями.
8. Диспансерное наблюдение за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой.
9. Методы исследования и оценки физического развития, функциональных

возможностей инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.

10. Ограничения, показания и противопоказания для занятий адаптивной физической культурой.

11. Контроль функционального состояния лиц перенесших ампутации конечностей.

12. Внезапная смерть спортсмена и ее причины, внезапная кардиальная смерть и ее профилактика.

13. Клиническая смерть и доврачебные реанимационные мероприятия.

14. Нагрузочные тесты и критерии контроля инвалидов, перенесших ампутации конечностей.

15. Ошибки в проведении реанимационных мероприятий.

16. Структурно-функциональные особенности сердечнососудистой системы спортсменов.

17. Гипертрофия миокарда, как структурно-функциональная особенность сердца спортсмена.

18. Брадикардия, как функциональная особенность спортивного сердца.

19. Гипотония, как функциональная особенность сердечнососудистой системы спортсмена.

20. Дилатация полостей сердца, как структурно-функциональная особенность сердца спортсмена.

21. Типы реакций организма на нагрузку (по классификации В.С. Летунова).

22. Роль стресса и апоптоза в возникновении патологии у спортсменов.

23. Причины активации перекисного окисления липидов и ее роль в формировании спортивной патологии.

24. Нормотоническая адаптационная реакция организма на нагрузку, ее физиологические и биохимические проявления.

25. Гипертоническая адаптационная реакция организма на нагрузку и ее место в патогенезе заболеваний спортсменов

26. Тест Руфье – Диксона, методика проведения и оценка его результатов.

27. Роль осмотра и визуального наблюдения в оценке адаптационных возможностей организма спортсмена.
28. “Внезапная смерть спортсмена” и ее причины, профилактика внезапной аритмической смерти.
29. Острое физическое перенапряжение сердца у спортсменов (патофизиологические и патобиохимические проявления, причины, симптомы, неотложная помощь и профилактика).
30. Дистрофия миокарда физического перенапряжения (кардиомиопатия) (патофизиологические и патобиохимические проявления, причины, диагностика, профилактика).
31. Вероятные исходы лечения кардиомиопатии у спортсменов. 32. Нарушения ритма сердечных сокращений у спортсменов (причины, симптомы).
33. Дисплазия соединительной ткани сердца и ее внешние фенотипические признаки.
34. Внешние фенотипические признаки дисплазии соединительной ткани (главные и второстепенные).
35. Роль гиперпродукции свободных радикалов в генезе спортивной патологии.
36. Роль гипоксии и митохондриальной дисфункции в генезе спортивной патологии.
37. Влияние допинга на организм спортсмена.
38. Причины возникновения чрезмерной гипоксии в случае атипических реакций организма на нагрузку.
39. Функциональные пробы нервной системы.
40. «Простые» методы исследования спортсменов. Роль расспроса в оценке состояния здоровья.
41. Усложненная проба Ромберга (методика, оценка результатов).
42. Ортопроба (методика, оценка результатов).
43. Теппинг тест (методика, оценка результатов).

44. Проба Ашнера.
45. Вращательные пробы.
46. Главные внешние фенотипические признаки дисплазии соединительной ткани и ее последствия.
47. Функциональные пробы системы дыхания.
48. Пробы с задержкой дыхания.
49. Антропометрия в исследованиях спортсменов-инвалидов.
50. Переутомление и донозологическая астенция у спортсменов-инвалидов.
51. Восстановительные мероприятия при переутомлении.
50. Профилактика переутомления.
52. Недовосстановление у спортсменов (причины, симптомы, восстановительные мероприятия).
53. Астенция у спортсменов-инвалидов (причины, симптомы, основные направления коррегирующих мероприятий и профилактика астении).
54. Классификация средств и методов восстановления спортивной работоспособности.
55. Медицинские средства восстановления.
56. Основные принципы проведения восстановительных мероприятий.
57. Цели и задачи врачебно – педагогических наблюдений на тренировках и соревнованиях в адаптивной физической культуре.
58. Предикторы «внезапной аритмической смерти спортсменов».
59. Тест Новакки в исследованиях спортсменов-инвалидов.
60. Антиоксиданты, антигипоксанта и их роль в восстановлении организма спортсмена.
61. Флавоноиды, полифенолы и их роль в профилактике повреждающих стрессорных воздействий на организм.
62. Методы тестирования физической работоспособности инвалидов-спортсменов. Велоэргометрия.

63. Витамины и их роль в оптимизации процессов восстановления.
64. Адаптогены и их роль в восстановлении организма.
65. Жиры и их роль в восстановлении организма.
66. Роль углеводов в восстановлении организма спортсмена.
67. Значимость выявления случаев обморочных и предобморочных состояний, жалоб по поводу приступов сердцебиений, болей в области сердца, головокружений.
68. Врачебный контроль в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
69. Спортивный травматизм, причины спортивных травм.
70. Самоконтроль спортсмена и дневник самоконтроля.
71. Ушибы, растяжения, надрывы и разрывы мягких тканей (симптомы и первая помощь).
72. Проба Раппова в исследованиях спортсменов-инвалидов: методика проведения и оценка результатов.
73. Стадии и фазы травматической болезни.
74. Лечение и реабилитация травмированных спортсменов с учетом фазности течения травматического процесса.
75. Тест Рюфье-Диксона.
76. Стречинг и его роль в профилактике спортивных травм.
77. Тейпирование и его роль в профилактике спортивных травм.
78. Современные методы исследования в диагностике травм, аномалий строения сердца и сосудов.
79. Профилактика спортивных травм.
80. Первая помощь при травмах.
81. Степ-тест в исследованиях лиц с ограниченными адаптационными возможностями.
82. Основные задачи лечебных и реабилитационно-восстановительных

- мероприятий по стадиям травматической болезни.
83. Противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой.
84. Последствия применения допингов спортсменами.
85. Медицинское обеспечение соревнований спортсменов-инвалидов.
86. Морфофункциональные изменения у инвалидов, перенесших ампутацию конечности.
87. Функциональная «проба Игнатовского» в исследованиях лиц с ограниченными адаптационными возможностями.
88. Особенности медицинского обеспечения занятий спортом пожилых людей.
89. Медицинское обеспечение занятий спортом лиц с ограниченными адаптационными возможностями.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, **необходимое для освоения дисциплины**

а) Основная литература

1. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: : учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений, осуществляющих образоват. деятельность по специальностям 022500 : Рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова. - М.: Сов. спорт, 2004. - 184 с.: ил., табл. .
<https://lib.rucont.ru/efd/747885>
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. —(Адаптивная физическая культура и спорт)
<https://lib.rucont.ru/efd/734822>

а) Дополнительная литература

1. Адаптивная физическая культура студентов с ограниченными возможностями состояния здоровья (содержание, организация, методика) : учеб. пособие / М.С. Воротова, Л.Н. Мартянова, Л.В. Рубцова, Н.Б. Вершинина .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 108 с <https://lib.rucont.ru/efd/826678>

2. Мартынихин, В. М. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств: учебное пособие : учебное пособие / К. В. Мартынихин, М. Л. Гинзбург; В. М. Мартынихин .— Малаховка : МГАФК, 2016 .— 211 с.
<https://lib.rucont.ru/efd/772267>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Медицинский портал www.rusmed.ru

Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Рукоонт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
3. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
4. Библиотека «Куб» (www.koob.ru)
5. Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)
6. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)
3. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре» для обучающихся института ТРРиФ 3 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Спортивной медицины.**

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр - очная и заочная формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Формы оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Врачебный контроль в комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья»	25	10
2	Тестовый контроль «Патологические состояния инвалидов - спортсменов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся физическими упражнениями».	36	10
3	«Мультимедийная презентация: «Спортивно-медицинская классификация инвалидов.»	39	15
4	Мультимедийная презентация: «Исследование функционального состояния систем организма инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями»	41	15
5	Написание и защита рефератов по всем разделам программы (2 рефератов)	В течение семестра	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Зачет		20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме пропущенного занятия	10
2	Мультимедийная презентация по теме пропущенного занятия	10
3	Мультимедийная презентация по теме пропущенного занятия	10
4	Написание реферата по теме пропущенного занятия	10
5	Написание реферата по теме пропущенного занятия	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Спортивная медицина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.33 « Врачебный контроль в адаптивной физической культуре»

Направление подготовки:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль):

**Адаптивное физическое воспитание
Физическая реабилитация
Лечебная физическая культура**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 72 часа - 2 зачетные единицы.

2. Семестры освоения дисциплины (модуля): 6 семестр - очная и заочная формы обучения.

3.Целью освоения дисциплины (модуля) «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре» являются: ознакомление студентов с основными разделами врачебного контроля за лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и занимающимися физической культурой и спортом. Знание методов обследования занимающихся физической культурой, отклонений в состоянии здоровья или функционального состояния, способности выполнять запланированные нагрузки, особенно в возрастном аспекте необходимы для их будущей профессиональной деятельности.

Данная программа реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	очная форма обучения		Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-4.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	6		6
ОПК-4.1.	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения			

	анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;			
ОПК-4.2.	Знает: - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС.			
ОПК-4.3.	Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;			

	- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно- измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС.			
ОПК-12.	Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования			

ОПК-12.1	Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки			
ОПК-12.2	Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и			

методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников			

	студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений			
ОПК-12.3	Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований			

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единицы, 72 академических часа.**

Очная форма

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции	Практические занятия	СРС	Контроль	
1	Раздел 1. Введение в дисциплину Организация врачебного контроля.	6	2		42		
2	Раздел2. Методическое содержание дисциплины	6	8	20			
3	2.1. Врачебный контроль в комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Цели, задачи и содержание врачебного контроля.		2		2		
4	2.2. Спортивно-медицинская классификация инвалидов.		2		4		

5	2.3.Методы врачебного контроля.				2		
6	2.4. Исследование и оценка физического развития.			2	4		
7	2.5. Исследование функционального состояния систем организма инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями.			2	4		
8	2.6. Тестирование физической работоспособности и тренированности.			2	2		
9	2.7. Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием.		2	2	2		
10	2.8. Особенности врачебного контроля за лицами различного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом. Простейшие функциональные пробы		2	2	4		
11	2.9.Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			2	2		
12	2.9. Влияние систематических занятий физкультурой и спортом на висцеральные системы в зависимости от интенсивности нагрузки..				4		
13	2.10. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности.			2	2		
14	2.11. Травматизм и заболевания. Причины и профилактика.			2	2		
15	2.12. Патологические состояния спортсменов. Понятие о реанимации.			2	2		
16	2.13. Основы десмургии.			2	2		
17	2.14. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований.				4		
Итого часов: 72			10	20	42		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

		6	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Организация врачебного контроля.				6		
2.	Врачебный контроль в комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Цели, задачи и содержание врачебного контроля			1	2		
3.	Спортивно-медицинская классификация инвалидов.		2	1	8		
4.	Особенности врачебного контроля за лицами различного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом.			4	6		
	Тема 4.1..Исследование и оценка физического развития.						
	Тема 4.2.Исследование функционального состояния систем организма инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями.						
	Тема 4.3.Тестирование физической работоспособности и тренированности.						
5.	Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием				4		
6.	Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.				8		
7.	Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности лиц занимающихся физическими упражнениями с отклонениями в состоянии здоровья.				6		
8.	Травматизм и заболевания инвалидов - спортсменов и лиц занимающихся физическими упражнениями. Причины и				8		

	профилактика.						
9.	Патологические состояния инвалидов - спортсменов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся физическими упражнениями. Понятие о реанимации.			2	6		
10.	Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований спортсменов - инвалидов и лиц занимающихся физическими упражнениями с отклонениями в состоянии здоровья.				8		
Итого часов: 72			2	8	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра спортивной медицины

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.34 «Основы антидопингового обеспечения»

Направление подготовки/специальность: **«49.03.02 Физическая
культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация
Адаптивное физическое воспитание**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023,
2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Спортивной медицины
Протокол № 16 от «16» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № 4 от « 17 » сентября 20 24г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № от « » 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № от « » 20 г.

Составитель: Мирошников Александр Борисович – кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивной медицины.

1.Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.О.34

Целью освоения дисциплины (модуля) «Основы антидопингового обеспечения» являются: ознакомление студентов с основами антидопингового обеспечения; современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле; освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена; обучение студентов комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

Данная программа реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП) Б1.О.34

Дисциплина «Основы антидопингового обеспечения» относится к обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Данная дисциплина относится к медицинским знаниям, необходимым для осуществления деятельности выпускниками РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

С помощью знаний, полученных в данном курсе, бакалавры смогут оценивать возможность использовать фармакологические препараты в спорте, не входя в конфликт с антидопинговым законодательством, что позволит им полноценно применять полученные знания в своей профессиональной деятельности. Для лучшего освоения модуля необходимо обладать знаниями по биологии и физиологии.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная/заочная форма обучения
ОПК-11	<i>Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.</i>	7/9
ОПК-11.1.	<i>Знать:</i> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий	7/9
ОПК-11.2.	<i>Уметь:</i> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным	7/9

	антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	
ОПК-11.3.	Владеть: - выбором формы и способом проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.	7/9

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**,
72 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	7	2		6			
2	Список запрещенных веществ и методов.	7		2	8			
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	7						
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	7						
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	7	2		4			
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	7	2	2	3			
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	7		2	3			
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	7		2	4			
7.	Общий механизм действия допинга	7	2	2	8			
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	7		2	4			
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга	7	2	2	4			
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	7			4			
							зачет	
Итого часов 72			10	14	48		зачет	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	9	2		6			
2	Список запрещенных веществ и методов.	9		2	7			
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	9						
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	9			4			
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	9			6			
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	9			6			
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	9			6			
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	9			6			
7.	Общий механизм действия допинга	9		2	7			
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	9			6			
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга	9			6			
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	9			6			
							зачет	
Итого часов 72			2	4	66		зачет	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Каковы проблемы использования допинга в паралимпийском спорте?
2. Какие вещества и методы, запрещенные вне соревнований, могут быть использованы в качестве допинга?
3. Какова история использования допинга в паралимпийском спорте?
4. Как проводится соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль?
5. Какие особенности имеют антидопинговые лаборатории?
6. Как можно познакомиться со списком запрещенных веществ и методов?
7. Каковы причины, вызывающие стремление использовать допинг?
8. Каков общий механизм действия допинга?
9. Какие вещества запрещены в отдельных видах паралимпийского спорта?
10. Как проводится выбор спортсмена для допинг-контроля, забор биоматериалов, транспортировка проб, оформление протокольных документов? (Наиболее частые ошибки)
11. Как получить разрешение спортсмену инвалиду на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга?
12. Что означает «Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий»?
13. Какова процедура забора и транспортировки биопроб?
14. Как должна проводиться профилактика применения допинга в паралимпийском спорте?

15. Каковы основные виды осложнений после длительного применения спортсменами анаболических стероидов?
16. Как проводится внесоревновательный антидопинговый контроль?
17. Понятие допинга, опасность его употребления спортсменами.
18. Медицинский кодекс МОК. Основные положения Кодекса
19. Ответственность лиц и спортсменов по отношению к Медицинскому кодексу МОК, санкции за употребление допинга.
20. Запрещенные классы веществ.
21. Запрещенные методы.
22. Классы веществ, применяемые с определенными ограничениями.
23. Способы сокрытия допинга. Перечень лекарственных препаратов, на применение которых требуется письменное разрешение от врача.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) основная литература:

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=734822>
2. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учеб.-метод. пособие / А.В. Тарасов; А.В. Смоленский .— Москва : Колос-с, 2018 .— 89 с. — (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений) <https://lib.rucont.ru/efd/664331>

б) дополнительная литература:

1. Основы антидопингового обеспечения спорта : учеб.-метод. пособие / Н.И.

Федорова, Е.В. Антропова, А.А. Шляхтина .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 111 с. . <https://lib.rucont.ru/efd/822380>

2. Основы антидопингового обеспечения спорта : учеб. пособие / ред.: Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов .— Москва : Спорт : Человек, 2019 .— 288 с. : ил. _ <https://lib.rucont.ru/efd/696832>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерств спорта Российской Федерации.
4. Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс (sportmedicine.ru)
5. Медицинская информационная сеть – информационная система (medinform.net)
6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
7. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)
8. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

-программное обеспечение дисциплины:

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](https://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)
3. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система https://www.garant.ru/](https://www.garant.ru/)
4. [Русада образование \(https://course.rusada.ru/\)](https://course.rusada.ru/)
5. [Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс \(http://rusada.ru/\).](http://rusada.ru/)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. [Антидопинговое обеспечение – профессиональная база данных \(minsport.gov.ru\)](http://minsport.gov.ru)
3. [Олимпийский комитет России – профессиональная база данных \(olympic.ru\)](http://olympic.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Основы антидопингового обеспечения»
для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
4/5 курса, направления подготовки/ специальности_«49.03.02
Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)» направленности (профилю):
Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное
физическое воспитание очной и заочной форм обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр-очная, 9 – на заочной форме обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу (модулю) «Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте»	3	10
2	Выступление на семинаре «Фармакологические средства, способные повышать физическую работоспособность»	5	15
3	Написание реферата по теме «Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	8	15
4	Презентация по теме «Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта»	10	15
5	Презентация по теме «Общий механизм действия допинга»	17	15
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
7	зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу (модулю), пропущенному студентом	5
2	Подготовка доклада по теме, пропущенной студентом	15
3	Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название)	10
4	Написание реферата по теме, пропущенной студентом	10
5	Презентация по теме, пропущенной студентом	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Спортивной медицины

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.34 «Основы антидопингового обеспечения»

**Направление подготовки/специальность: «49.03.02 Физическая
культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»**

**Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация
Адаптивное физическое воспитание**

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023,

2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины (модуля): 7 семестр - очная, 9 – заочная форма обучения

3.Цель освоения дисциплины (модуля).

Целью освоения дисциплины (модуля) «Основы антидопингового обеспечения» являются: ознакомление студентов с основами антидопингового обеспечения; современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле; освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена; обучение студентов комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

Данная программа реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная/заочная форма обучения
ОПК-11	<i>Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.</i>	7/9
ОПК-11.1.	<i>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ</i>	7/9

	информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий	
ОПК-11.2.	Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	7/9
ОПК-11.3.	Владеть: - выбором формы и способом проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и	7/9

	профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам	
	противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; -анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.	

5. Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**,
72 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	7	2		6		
2	Список запрещенных веществ и методов.	7		2	8		
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	7					
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	7					
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	7	2		4		
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	7	2	2	3		
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	7		2	3		
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	7		2	4		
7.	Общий механизм действия допинга	7	2	2	8		
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	7		2	4		
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга	7	2	2	4		
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	7			4		
							зачет
Итого часов 72			10	14	48		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционно-го типа	Занятия семинарско-го типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.	9	2		6			
2	Список запрещенных веществ и методов.	9		2	7			
	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период	9						
	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований	9			4			
3.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий	9			6			
4.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль	9			6			
5.	Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.	9			6			
6.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте	9			6			
7.	Общий механизм действия допинга	9		2	7			
8.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов	9			6			
9.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга	9			6			
10	Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА	9			6			
							зачет	
Итого часов 72			2	4	66		зачет	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им.В.В.Кузина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.35 ЭКОНОМИКА»

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

**Профиль: Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура**

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная/заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
экономики и права
Протокол № 26 от «27» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В Кузина
Протокол № 22 от «22» июня 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Ратников К.С. – преподаватель кафедры экономики и права
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Жукова Ольга Владиславовна – и.о. заведующего кафедрой менеджмента
и экономики спорта им. В.В.Кузина

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Экономика» относится к дисциплинам обязательной части образовательной программы по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Экономика является одной из профилирующих дисциплин в системе подготовки студентов по направлению.

Экономика как учебная дисциплина в системе подготовки студентов связана с дисциплинами учебного плана:

- в направлении, обеспечивающем изучение количественных форм экономических явлений и процессов, — с «Математикой».

Указанные связи дисциплины дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом, что обеспечивает соответствующий теоретический уровень и практическую направленность в системе обучения и будущей деятельности. В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения экономики, используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра, курса)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.			
	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач. УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. УК-1.4. Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках; УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.	7		6
УК-9	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности			
	УК-9.1. Понимает базовые принципы функционирования экономики, планирования экономической деятельности. УК-9.2. Принимает обоснованные экономические решения, используя методы экономического планирования для достижения поставленных целей. УК-9.3. Использует экономические инструменты для управления финансовой деятельностью в различных областях жизнедеятельности.	7		6

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	7	1	2	5		
2	Общие проблемы экономического развития.	7	1	2	5		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	7	1	2	4		
4	Отношения собственности	7	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	7	1	2	4		
6	Рынок ценных бумаг	7	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	7	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	7	1	1	4		
9	Налоговая система.	7		1	4		
10	Кредитно-банковская система	7		1	4		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	7		1	4		
		7					Зачет
Итого часов: 72			8	18	46		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	6		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6		1	6		
4	Отношения собственности	6		1	6		
5	Альтернативная стоимость	6			6		
6	Рынок ценных бумаг	6			6		
7	Финансовая система. Бюджет.	6			6		
8	Безработица. Инфляция.	6			6		
9	Налоговая система.	6			6		
10	Кредитно-банковская система	6			6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6			6		
		6					Зачет
Итого часов: 72			2	4	66		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Вопросы к зачету

1. Предмет и функции экономической теории.
2. Виды экономических ресурсов (факторов производства), их ограниченность и необходимость эффективного использования.
3. Понятие экономической системы, виды экономических систем.
4. Сущность рынка и условия его функционирования.
5. Функции рынка.
6. Роль конкуренции в развитии экономики. Совершенная и несовершенная конкуренция.
7. Сущность монополии. Антимонопольное законодательство.
8. Особенности монополизации в России и антимонопольная политика РФ.
9. Закон спроса. Факторы, влияющие на спрос. Эластичность спроса.
10. Закон предложения. Факторы, влияющие на предложение. Эластичность предложения.
11. Механизм ценообразования. Функции цены.
12. Виды издержек производства, бухгалтерские и экономические издержки. Расчет предельных издержек.
13. Прибыль-доход предпринимателя. Факторы, влияющие на норму прибыли.
14. Рынок труда. Спрос и предложение труда.
15. Заработная плата – доход наемных работников.
16. Номинальные и реальные доходы населения. Факторы, влияющие на уровень реальных доходов населения.
17. Рынок капитала. Процентная ставка и инвестиции.
18. Процентные ставки и инвестиции
19. Земельная рента – доход собственника земли. Цена земли.
20. Виды фирм.
21. Распределение доходов. Кривая Лоренца. Качество жизни, показатели уровня жизни населения.
22. Основные макроэкономические показатели (ВВП, ВНП, НД) и способы их расчета.
23. Экономические циклы.

23. Сущность и функции денег. Содержание денежной массы.
24. Бумажные деньги. Уравнение обмена.
25. Банки и их роль осуществлении денежно – кредитной политики. Пассивные и активные операции банков.
26. Природа ссудного процента и его значение в экономике.
27. Функции и формы кредита. Принципы кредитования.
28. Рынок ценных бумаг как составная часть финансового рынка. Виды, ценных бумаг.
29. Инфляция: причины, виды и социально – экономические последствия.
30. Содержание антиинфляционной политике правительства.
31. Безработица и ее формы.
32. Виды налогов и принципы налогообложения.
33. Предпосылки, цели и методы государственного регулирования экономического развития.
34. Государственный бюджет: доходы и расходы, проблемы их сбалансированности.
35. Дефицит госбюджета и пути его ликвидации.
36. Международное разделение труда. Формы межгосударственных экономических отношений.
37. Валютный курс и факторы, на него влияющие. Проблема конвертируемости российского рубля.
38. Внебюджетные фонды, источники их формирования и направления использования.
39. Экономический рост и развитие государства, причины и факторы влияния.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

А) Основная литература:

1. Рыбина, З.В. Национальная экономика России / З.В. Рыбина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 253 с. : табл., ил. – Режим доступа: по

подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500373>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-9898-9. – Текст : электронный.

2. Гребенников, П. И. Экономика : учебник для вузов / П. И. Гребенников, Л. С. Тарасевич. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 310 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/510412>

3. Экономика : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по неэкономическим направлениям : [16+] / Е. А. Капогузов, Г. М. Самошилова, С. В. Дегтярева [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Капогузова ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2019. – 244 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575765>

Б) Дополнительная литература:

1. Мировая экономика / ред. Ю.А. Щербанин. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 519 с. : табл., граф., схемы – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115041>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-02262-8. – Текст : электронный.

2. Ефимова, Е.Г. Экономика / Е.Г. Ефимова. – 4-е изд., стер. – Москва : Издательство «Флинта», 2018. – 392 с. : табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461003> . – ISBN 978-5-89349-592-8. – Текст : электронный.

В) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Экономический портал// URL: <https://instituciones.com/>

Г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень

программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU
<https://elibrary.ru>

Библиотека экономической литературы
<http://eup.ru/Catalog/All-All.asp>

.Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

База данных «Электронная библиотека экономической и деловой литературы»
Административно-управленческого портала - <http://www.aup.ru/library/>

База данных “Национальная электронная библиотека”
<https://нэб.рф>

[.Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Экономика для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курс, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профиля) «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения, 3 курс направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профиля) «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Экономики и права.

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр для очной формы обучения, 6 семестр для заочной форм обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современная экономика и экономическая наука»	2 неделя	6
2	Подготовка доклада по теме «Общие проблемы экономического развития»	3 неделя	6
3	Контрольная работа по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»	4 неделя	6
4	Контрольная работа по теме «Отношения собственности»	5 неделя	6
5	Контрольная работа по теме «Альтернативная стоимость»	6 неделя	6

6	Контрольная работа по теме «Рынок ценных бумаг»	7 неделя	6
7	Контрольная работа по теме «Финансовая система. Бюджет»	8 неделя	6
8	Контрольная работа по теме «Безработица. Инфляция»	9 неделя	6
9	Контрольная работа по теме «Налоговая система»	10 неделя	6
10	Контрольная работа по теме «Кредитно-банковская система»		6
11	Контрольная работа по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»		6
12	Посещение занятий	В течение семестра	4
	Зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современная экономика и экономическая наука»	6
2	Подготовка доклада по теме «Общие проблемы экономического развития»	6
3	Контрольная работа по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»	6
4	Контрольная работа по теме «Отношения собственности»	6
5	Контрольная работа по теме «Альтернативная стоимость»	6
6	Контрольная работа по теме «Рынок ценных бумаг»	6
7	Контрольная работа по теме «Финансовая система. Бюджет»	6
8	Контрольная работа по теме «Безработица. Инфляция»	6
9	Контрольная работа по теме «Налоговая система»	6
10	Контрольная работа по теме «Кредитно-банковская система»	6
11	Контрольная работа по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»	6
12	Посещение занятий	4
	Зачет	30
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Написание и защита реферата по теме «Современная экономика и экономическая наука»</i>	6
2	<i>Написание и защита реферата по теме «Общие проблемы экономического развития»</i>	6
3	<i>Написание и защита реферата по теме «Рынок и рыночная система, конкуренция»</i>	6
4	<i>Написание и защита реферата по теме «Отношения собственности»</i>	6
5	<i>Написание и защита реферата по теме «Альтернативная стоимость»</i>	6
6	<i>Написание и защита реферата по теме «Рынок ценных бумаг»</i>	6
7	<i>Написание и защита реферата по теме «Финансовая система. Бюджет»</i>	6
8	<i>Написание и защита реферата по теме «Безработица. Инфляция»</i>	6
9	<i>Написание и защита реферата по теме «Налоговая система»</i>	6
10	<i>Написание и защита реферата по теме «Кредитно-банковская система»</i>	6
11	<i>Написание и защита реферата по теме «Экономический рост и циклические колебания макроэкономики»</i>	6

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ

Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В Кузина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.35 ЭКОНОМИКА»

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

Профиль:
Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 7 семестр на очной и 6 семестр на заочной форме обучения

3. Цель освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины « Экономика» - дать, студентам необходимые знания, умения и навыки, в том числе:

- знания места и роли экономической составляющей;
- умение проанализировать экономические аспекты, раскрыть социальные механизмы гарантированного осуществления финансового обеспечения;
- владение навыками самостоятельного рассмотрения источников бюджетного и внебюджетного финансирования.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

УК-1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

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

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	7	1	2	5		
2	Общие проблемы экономического	7	1	2	5		

	развития.						
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	7	1	2	4		
4	Отношения собственности	7	1	2	4		
5	Альтернативная стоимость	7	1	2	4		
6	Рынок ценных бумаг	7	1	2	4		
7	Финансовая система. Бюджет.	7	1	2	4		
8	Безработица. Инфляция.	7	1	1	4		
9	Налоговая система.	7		1	4		
10	Кредитно-банковская система	7		1	4		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	7		1	4		
		7					Зачет
Итого часов: 72			8	18	46		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Современная экономика и экономическая наука.	6	1	1	6		
2	Общие проблемы экономического развития.	6	1	1	6		
3	Рынок и рыночная система, конкуренция.	6		1	6		
4	Отношения собственности	6		1	6		
5	Альтернативная стоимость	6			6		
6	Рынок ценных бумаг	6			6		
7	Финансовая система. Бюджет.	6			6		
8	Безработица. Инфляция.	6			6		
9	Налоговая система.	6			6		
10	Кредитно-банковская система	6			6		
11	Экономический рост и циклические колебания макроэкономики.	6			6		
		6					Зачет
Итого часов: 72			2	4	66		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«Б1.О.36 Частные методики адаптивной физической культуры»**

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация, Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024 г.

Составители:

Лунина Наталья Владимировна, кандидат биологических наук, доцент, доцент
кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук, доцент,
заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Щербинина Юлия Львовна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО
«РГУФКСМиТ».

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТИМ АФК,
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 7,8 семестр - на очной форме обучения, 9, 10 семестр – на заочной форме обучения.

Цель освоения дисциплины (модуля): теоретическая и практическая подготовка к профессиональной деятельности студентов по организационно-педагогическим аспектам использования авторских программ и частных методик в абилитации и реабилитации лиц различных возрастных, гендерных и нозологических групп, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное) ¹
1	2	3	4	5
ОПК-13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	7,8	9,10	
ОПК-13.1	. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфо-	7,8	9,10	

	функционального статуса; - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; -биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;--физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкойатлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном			

	спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС.			
ОПК-13.2.	Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с	7,8	9,10	

	основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.			
ОПК-13.3.	Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; -	7,8	9,10	

	биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.			
ОПК-14	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	7,8	9,10	
ОПК-14.1	Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и			

	неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.			
ОПК-14.2	Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к	7,8	9,10	

	структуре проведения занятий); -оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физическойкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.			
ОПК-14.3	Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа	7,8	9,10	

	по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.			

4. Краткое содержание дисциплины(модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц, 288 ак.ч.

Очная форма обучения 7 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	7	2	4	6		

2	Тема 2. Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	7	2	4	6		
3	Тема 3. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	7	2	4	6		
4	Тема 4. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	7	2	4	6		
5	Тема 5. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	7	2	4	6		
6	Тема 6. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	7	2	4	6		
7	Тема 7. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	7	2	4	6		
8	Тема 8. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	7	2	4	6		
9	Тема 9. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	7	2	4	6		
10	Тема 10. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	7	2	4	6		
11	Тема 11. Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	7	4	8	3		
Итого за 7 семестр: 144 час.			24	48	63	9	Экзамен 9 час.

Очная форма обучения
8 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	Тема 12. Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	8	2	4	6		
13	Тема 13. Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	8	2	4	6		
14	Тема 14. Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	8		4	6		
15	Тема 15. Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	8		4	6		
16	Тема 16. Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	8	2	4	6		
17	Тема 17. Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	8	2	4	6		
18	Тема 18. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	8	2	4	6		
19	Тема 19. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	8	2	4	6		

20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	8	2	4	6		
21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	8	2	4	6		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	8	2	4	6		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	8	2	4	1		
Итого за 8 семестр: 144 час.			20	48	67	9	Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения 9 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	9	2		10		
2	Тема 2. Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	9	2		10		

3	Тема 3. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	9			11		
4	Тема 4. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	9			12		
5	Тема 5. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	9		2	12		
6	Тема 6. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	9		2	12		
7	Тема 7. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	9		2	10		
8	Тема 8. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	9		2	10		
9	Тема 9. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	9		2	10		
10	Тема 10. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	9		2	10		
11	Тема 11. Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	9		2	10		
Итого: 144 час.			4	14	117	9	Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения
10 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	Тема 12. Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	10	2		10		
13	Тема 13. Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	10	2		10		
14	Тема 14. Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	10			10		
15	Тема 15. Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	10			10		
16	Тема 16. Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	10			10		
17	Тема 17. Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	10		2	10		
18	Тема 18. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	10		2	10		
19	Тема 19. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	10		2	10		
20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	10		2	10		

21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	10		2	10		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	10		2	8		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	10		2	9		
Итого: 144 час.			4	14	117	9	Экзамен 9 час.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программедисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Примерный перечень вопросов к экзамену:

- 1)Алкоголизм и его влияние на функциональное состояние основных систем организма.
- 2)Алкоголизм и потомство. Алкоголизма и семья.
- 3)Анаболическая зависимость на современном этапе.
- 4)Видынаркозависимости.
- 5)Влияние анаболических стероидов на организмчеловека.
- 6)Влияние гашиша на организм. Формирование психической и физической зависимости.
- 7)Влияние наркотиков на здоровьечеловека.
- 8)Влияние психоактивных веществ из группы «стимуляторов» на организм.
- 9)Влияние табакокурения на организм человека: сердечно-сосудистую, дыхательную, мочевыделительную системы, ЦНС, печень, желудочно-кишечный тракт и др.
- 10)Влияние физической культуры и спорта на здоровье человека, предупреждение и борьба с вредными привычками средствами адаптивной физическойкультуры.
- 11)Извращенный аппетит и его влияние на здоровье человека (анорексия и булимия). Факторы, его обуславливающие. Мерыпрофилактики.

- 12) Использование стимуляторов в спортивной практике. Влияние стимуляторов на организм и опасность применения стимуляторов у спортсменов.
- 13) История алкоголизма. Мотивы и факторы, обуславливающие потребность в алкоголе.
- 14) История табакокурения. Факторы, обуславливающие потребность в курении. Психология курения.
- 15) Клинические проявления хронического алкоголизма.
- 16) Краткая классификация нарко- и токсикозов.
- 17) Меры профилактики нарко- и токсикозов. Опыт России и зарубежных стран.
- 18) Наркомания и потомство.
- 19) Наркомания и СПИД: факторы риска.
- 20) Опишите клинические проявления опиумного абстинентного синдрома.
- 21) Опишите синдром дефицита удовлетворенности при аддиктивных состояниях.
- 22) Определение наркомании, основные синдромы проявления наркотической зависимости.
- 23) Основные принципы профилактики пищевой зависимости.
- 24) Основные принципы реабилитации людей, употребляющих психоактивные вещества.
- 25) Основные проявления кокаиновой зависимости. Влияние кокаина на организм.
- 26) Основные расстройства психики при эпизодическом и хроническом употреблении алкоголя.
- 27) Охарактеризуйте алкогольную энцефалопатию.
- 28) Охарактеризуйте алкогольный делирий.
- 29) Охарактеризуйте основные этапы развития наркомании.
- 30) Перечислите и охарактеризуйте стадии действия наркотического препарата.
- 31) Перечислите и охарактеризуйте стадии наркотической зависимости.
- 32) Перечислите типы наркотических веществ.
- 33) Позиция государства и общества в вопросе профилактики вредных привычек.
- 34) Понятие «алкоголизма» и его отличия от бытового пьянства.
- 35) Понятие о зависимости, средствах вызывающих зависимость. Психическая и физическая зависимости.
- 36) Причины развития психической зависимости от наркотиков.
- 37) Профилактика алкоголизма.
- 38) Профилактические мероприятия по борьбе с табакокурением у детей и взрослых.
- 39) Различия физической и психической зависимости от наркотических веществ.
- 40) Синдром зависимости от алкоголя.
- 41) Сон и здоровье. Вредные привычки, лимитирующие здоровый сон.

- 42) Социальные программы, препятствующие распространению и возникновению вредных привычек (волонтерство).
- 43) Стадии алкоголизма.
- 44) Характеристика стадий алкогольной зависимости.
- 45) Алгоритм построения физкультурно-оздоровительной программы у лиц пожилого возраста.
- 46) Атеросклеротическая энцефалопатия пожилого возраста.
- 47) Болезнь Альцгеймера
- 48) Депрессии пожилого возраста. Симптоматика и проявление депрессий.
- 49) Дрожательный паралич (болезнь Паркинсона) и ее основные симптомы.
- 50) Основные медицинские показания к прекращению нагрузки на занятиях адаптивной физической культуры (субъективные симптомы и объективные клинические признаки).
- 51) Особенности проведения оздоровительных занятий у лиц пожилого возраста с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.
- 52) Особенности протекания заболеваний сердечно-сосудистой системы в пожилом возрасте.
- 53) Перечислите абсолютные противопоказания к проведению нагрузочных тестов у пожилых людей
- 54) Понятие и содержание имитационной тренировки.
- 55) Принципы организации занятий адаптивной физической культуры для пожилых людей
- 56) Содержание проприорецептивной тренировки, особенности использования у лиц пожилого возраста.
- 57) Старческое слабоумие (сенильная деменция).
- 58) Формирование медицинских групп для занятий оздоровительной физической культуры у людей пожилого возраста.
- 59) Функциональные психозы позднего возраста.
- 60) Характеристика методики круговой тренировки пожилых людей с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура 6). <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=747888>
2. Клепцова, Т.Н. Социально-педагогические подходы к профилактике асоциального поведения детей и молодежи средствами физической культуры и спорта = Socially-pedagogical going near the prophylaxis of asocial conduct of children and young people facilities of physical culture and sport / Клепцова Т.Н., Гниденко Е.К., Федотенко Г.В. // Физическое воспитание студентов. - 2010. - № 2. - С. 96-99. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=187129&DocQuerID=11517131&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://sportlib.info/Press/FVS/2010N2/p96-99.htm)

[HTTP://sportlib.info/Press/FVS/2010N2/p96-99.htm](http://sportlib.info/Press/FVS/2010N2/p96-99.htm)

3.Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=734822>

4.Лунина, Н.В. Частные методики адаптивной физической культуры : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины, по подготовке к практ. занятиям и по выполнению домашних заданий / Н.В. Лунина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2018 .— 93 с. — Авт. указан на обороте тит. л. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=671366>

б) Дополнительная литература:

5.Батищева, Л.Д. Предупреждение преждевременного старения женщин зрелого возраста на основе комплекса средств оздоровительной физической культуры / Л.Д. Батищева // Теория и практика физ. культуры. - 2007. - № 4. - С. 60-61. Режим доступа : [HTTP://sportlib.info/Press/TPFK/2007N4/p60-61.htm](http://sportlib.info/Press/TPFK/2007N4/p60-61.htm)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=169300&DocQuerID=11517136&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=169300&DocQuerID=11517136&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6.Звягина, Е.В. Синдром дефицита внимания как явление у студенческой молодежи, занимающейся различными видами спортивной деятельности = The attention deficit disorder as a phenomenon in students engaged in various kinds of sports activities / Звягина Е.В., Харина И.Ф. // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. - 2017. - № 3 (15). - С. 52-58. Режим доступа : [HTTP://lib.sportedu.ru/Press/NSVUiS/2017n3\(15\)/p52-58.pdf](http://lib.sportedu.ru/Press/NSVUiS/2017n3(15)/p52-58.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=265785&DocQuerID=11517137&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=265785&DocQuerID=11517137&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

<http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)

Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - https://www.informio.ru/.](https://www.informio.ru/)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/>

Библиотека «Куб» (www.koob.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система - https://www.informio.ru/.](https://www.informio.ru/)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)
4. [Федеральный центр инклюзивного образования – ФГБОУ ВО МГППУ - https://www.inclusive-edu.ru/](https://www.inclusive-edu.ru/)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сетьInternet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученическойдоской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Частные методики адаптивной физической культуры»
для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса, 4,5курса,
направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
Профиль: «Адаптивное физическое воспитание»; «Физическая реабилитация»;
«Лечебная физическая культура»
очная, заочная формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины:

очная форма обучения – 7, 8 семестры

заочная форма обучения – 8, 9 семестры

Форма промежуточной аттестации:

очная форма обучения:

7 семестр - экзамен

8 семестр - экзамен

заочная форма обучения:

8 семестр - экзамен

9 семестр - экзамен

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

При очной форме обучения – 7 семестр,

При заочной форме обучения – 8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	3 неделя	3*
2	Выступление на семинаре «Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры»	4 неделя	3*
3	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»	5 неделя	3*

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	7 неделя	3*
5	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости»	8 неделя	3*
6	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	9 неделя	3*
7	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости»	10 неделя	3*
8	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения»	11 неделя	3*
9	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью»	12 неделя	3*
10	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания»	17 неделя	3*
11	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	18 неделя	5*
12	Посещение занятий	В течение семестра	0,4 балла x 1 занятие = 35 баллов
	Экзамен по дисциплине		30*
	ИТОГО		100 баллов

**примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»	10
3	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	10
4	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной	10

	проблемы наркотической зависимости»	
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	10

Заочная форма обучения

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные медико-социальные проблемы здоровья населения»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости»	10
3	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости»	10
4	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья»	10

ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

При очной форме обучения – 8 семестр,

При заочной форме обучения – 9 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)³	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	23 неделя	3*
2	Выступление на семинаре «Современные подходы к	24 неделя	3*

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста»		
3	Выступление на семинаре «Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека»	25 неделя	3*
4	Выступление на семинаре «Современные подходы к рассмотрению патологии старости»	26 неделя	3*
5	Выступление на семинаре «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	32 неделя	3*
6	Выступление на семинаре «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	33 неделя	3*
7	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы»	34 неделя	3*
8	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы»	35 неделя	3*
9	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы»	36 неделя	3*
10	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ»	37 неделя	3*
11	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы»	38неделя	3*
12	Выступление на семинаре «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	39 неделя	3*
13	Выступление на семинаре «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	40 неделя	4*
14	Посещение занятий	В течение семестра	0,6 балла x 1 занятие = 30 баллов
	Экзамен по дисциплине		30*
	ИТОГО		100 баллов

**примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	10
3	Написание реферата по теме «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	10
4	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена со стороны нервной системы»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	10

Заочная форма обучения

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме «Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста»	10
2	Подготовка доклада по теме «Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте»	10
3	Написание реферата по теме «Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией»	10
4	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.»	10
5	Подготовка доклада по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена со стороны нервной системы»	10
6	Написание реферата по теме «Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата»	10
7	Подготовка доклада по теме «Современные подходы по сохранению, укреплению здоровья и активного долголетия у лиц пожилого возраста»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплине, завершающейся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра теории и методики адаптивной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.О.36 Частные методики адаптивной физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Лечебная
физическая культура, Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 8 зачетных единиц.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 7,8 семестр - на очной форме обучения, 9, 10 семестр – на заочной форме обучения.
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** теоретическая и практическая подготовка к профессиональной деятельности студентов по организационно- педагогическим аспектам использования авторских программ и частных методик в абилитации и реабилитации лиц различных возрастных, гендерных и нозологических групп, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	форма обучения (ускоренное ⁴)
1	2	3	4	5
ОПК-13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	7,8	9,10	
ОПК-13.1	. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок	7,8	9,10	

⁴Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	разной направленности на изменение морфо-функционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; -биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;--физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике,			

	плаванием, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВАС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВАС.			
ОПК-13.2.	Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по	7,8	9,10	

	физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВАС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВАС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВАС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВАС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.			
ОПК-13.3.	Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического	7,8	9,10	

	анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВАС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.			
ОПК-14	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	7,8	9,10	
ОПК-14.1	Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и			

	признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.			
ОПК-14.2	Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря,	7,8	9,10	

	соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); -оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физическойкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.			
ОПК-14.3	Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и	7,8	9,10	

	выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.			

5. Краткое содержание дисциплины(модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц, 288 ак.ч.

Очная форма обучения 7 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	7	2	4	6		

2	Тема 2. Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	7	2	4	6		
3	Тема 3. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	7	2	4	6		
4	Тема 4. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	7	2	4	6		
5	Тема 5. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	7	2	4	6		
6	Тема 6. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	7	2	4	6		
7	Тема 7. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	7	2	4	6		
8	Тема 8. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	7	2	4	6		
9	Тема 9. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	7	2	4	6		
10	Тема 10. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	7	2	4	6		
11	Тема 11. Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	7	4	8	3		
Итого за 7 семестр: 144 час.			24	48	63	9	Экзамен 9 час.

Очная форма обучения
8 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	Тема 12. Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	8	2	4	6		
13	Тема 13. Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	8	2	4	6		
14	Тема 14. Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	8		4	6		
15	Тема 15. Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	8		4	6		
16	Тема 16. Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	8	2	4	6		
17	Тема 17. Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	8	2	4	6		
18	Тема 18. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	8	2	4	6		
19	Тема 19. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	8	2	4	6		

20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	8	2	4	6		
21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	8	2	4	6		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	8	2	4	6		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	8	2	4	1		
Итого за 8 семестр: 144 час.			20	48	67	9	Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения 9 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Современные медико-социальные проблемы здоровья населения.	9	2		10		
2	Тема 2. Современные подходы в изучении причины, механизмов развития аддиктивных состояний. Классификация аддиктивных состояний. Способы коррекции аддиктивных состояний средствами адаптивной физической культуры.	9	2		10		

3	Тема 3. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы табачной зависимости.	9			11		
4	Тема 4. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы алкогольной зависимости.	9			12		
5	Тема 5. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы наркотической зависимости.	9		2	12		
6	Тема 6. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы игровой зависимости.	9		2	12		
7	Тема 7. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы пищевой зависимости.	9		2	10		
8	Тема 8. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы девиантного поведения.	9		2	10		
9	Тема 9. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы синдрома дефицита внимания с гиперактивностью	9		2	10		
10	Тема 10. Современные методики адаптивной физической культуры в решении и профилактике медико-социальной проблемы профессионального выгорания.	9		2	10		
11	Тема 11. Современные методики адаптивной физической культуры в сохранении профессионального и корпоративного здоровья	9		2	10		
Итого: 144 час.			4	14	117	9	Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения
10 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
12	Тема 12. Современные аспекты геронтологии, основные характеристики пожилого возраста.	10	2		10		
13	Тема 13. Современные подходы к изучению психолого-педагогических характеристики людей пожилого возраста.	10	2		10		
14	Тема 14. Современные подходы к изучению естественных проявлений старения организма человека.	10			10		
15	Тема 15. Современные подходы к рассмотрению патологии старости.	10			10		
16	Тема 16. Современные подходы к изучению клинических проявлений основных заболеваний в пожилом возрасте.	10			10		
17	Тема 17. Современные подходы в применении частных методик реабилитации людей пожилого возраста с различной патологией.	10		2	10		
18	Тема 18. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы.	10		2	10		
19	Тема 19. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны дыхательной системы.	10		2	10		
20	Тема 20. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны пищеварительной системы.	10		2	10		

21	Тема 21. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях обмена веществ	10		2	10		
22	Тема 22. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны нервной системы	10		2	8		
23	Тема 23. Современные методики адаптивной физической культуры у людей пожилого возраста при основных отклонениях со стороны опорно-двигательного аппарата	10		2	9		
Итого: 144 час.			4	14	117	9	Экзамен 9 час.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.37 ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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

Направленность (профиль): Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ФР и ЛФК), заочная (ФР)*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составители:

Михайлова Марина Геннадьевна к.п.н., доц., доцент; Иванова Надежда
Леонидовна, к.п.н., доц., доцент кафедры физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
РГУФКСМиТ

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., доцент, профессор кафедры спортивной
медицины РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Технология физкультурно-спортивной деятельности» (ТФСД) является: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности (ТФСД) для поддержания, улучшения и восстановления состояния здоровья населения средствами и методами оздоровительной физической культуры (ОФК) и физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.О.37 «ТФСД» относится к обязательной части ООП, преподается на 2-4 курсах – очной формы обучения и 3-5 курсах заочной формы обучения.

Изучению дисциплины должно предшествовать (или идти параллельно) изучение следующих учебных дисциплин: анатомии, физиологии, педагогики, психологии, теоретико-методологических основ физической реабилитации (или ЛФК), частной патологии и др.

Знания, умения и навыки, полученные в рамках изучения данной дисциплины, будут необходимы студентам при прохождении различных видов практик, а также при подготовке к Государственной итоговой аттестации.

Дисциплина «ТФСД» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

Учебная работа по освоению курса проводится в форме практических занятий в Университете, а также в форме самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-6	Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.	3-4	5
ОПК-6.1.	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере	3	5

	физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус».		
ОПК-6.2.	Умеет: Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;	4	5

	- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.		
ОПК-6.3.	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; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.	4	5
ОПК - 10	Способен проводить комплексы физических	5-8	6-9

	упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).		
ОПК-10.1.	Знает: - факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания; - патогенетически значимые мишени профилактического воздействия; - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.	5-8	6-9
ОПК-10.2.	- определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия; - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	5-8	6-9
ОПК-10.3.	Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	5-8	6-9
ОПК-14	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	5-8	6-9
ОПК-14.1.	Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной	5-8	6-9

	физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно- спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; -основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием,		

	подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС.		
ОПК-14.2	Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;	5-8	6-9

	- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.		
ОПК-14.3.	ОПК-14.1. Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержание; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно- спортивной деятельности;	5-8	6-9

	- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; -основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и		

	оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВАС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВАС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВАС. ОПК-14.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила		

	техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. ОПК-14.3. Имеет опыт: - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; -использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - составление плана профилактических		

	мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВАС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **13 зачетных единиц, 468 академических часов.**

очная форма обучения (профили Физическая реабилитация и Лечебная физическая культура)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.	3	-	10	62		
2.	Раздел 2. Авторские системы и методики оздоровления	4	-	36	36		
3.	Раздел 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	5	-	10	62		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	6	-	18	54		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	7	-	36	72		
6.	Раздел 6. Восточные оздоровительные системы	8	-	8	64		
	Итого	468		118	350		<i>Зачет</i>

заочная форма обучения (профиль Физическая реабилитация)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.	4	-	4	140		
2.	Раздел 2. Авторские системы и методики оздоровления и Восточные оздоровительные системы	6	-	6	138		
3.	Раздел 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	6	138		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	9	-	6	30		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).						
	Итого 468		-	22	446		<i>Зачет</i>

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в

Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет (на 4 курсе – очная форма, на 5 курсе заочная форма).

**Перечень примерных вопросов для подготовки к зачету
по дисциплине «ТФСД»**

1. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности детей дошкольного возраста.

2. Влияние занятий оздоровительной физической культурой на здоровье детей.

3. Принципы построения комплекса занятия по физическому воспитанию (части занятия, виды упражнений, исходные положения).

4. Принципы проведения занятий по физическому воспитанию (метод проведения занятий, музыкальное сопровождение и др., учет психофизиологических особенностей детского возраста).

5. Значение проведения различных форм оздоровительной физической культуры на воздухе.

6. Методика проведения прогулок (длительность прогулки с учетом возраста ребенка, прогулки пешеходные по территории детского сада, лыжные прогулки, расстояние, время проведения, велосипедные прогулки).

7. Методика организации маршрутов «здоровья» в условиях детского сада.

8. Влияние оздоровительного плавания на здоровье детей.

9. Характеристика различных способов плавания. Противопоказанные и рекомендованные способы плавания.

10. Методика обучения оздоровительному и лечебному плаванию детей (составление примерного комплекса, разминка, методика обучения технике плавания на суше, упражнения в воде).

11. Понятие о подвижных играх. Игры на месте, малоподвижные, подвижные, спортивные. Виды игр: ролевые, сюжетные и т.д.

12. Спартианские игры для детей дошкольного возраста.

13. Влияние занятий подвижными играми на здоровье и физическую подготовленность детей дошкольного возраста. Место и время проведения подвижных игр в условиях детского сада.

14. Методика закаливания детей дошкольного возраста.

15. Принципы Войта-терапии.

16. Медико-педагогические методы контроля при проведении различных форм ОФК (двигательные тесты, определение ЧСС и ЧД на занятиях лечебной гимнастикой и др.).

17. Признаки утомления и переутомления, меры по их предупреждению.

18. Организация физкультурно-оздоровительных занятий. Критерии подбора вида физических упражнений для занятий. Особенности физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме.

19. Краткая характеристика занятий в физкультурно-оздоровительных группах, секциях по видам спорта, клубах по спортивным интересам, школах здоровья.

20. Организационно-методические особенности самостоятельных занятий физических упражнений. Преимущества и недостатки самостоятельных занятий физическими упражнениями.

21. Методы оценки физического здоровья в оздоровительной физической культуре.

22. Виды перетренированности (переутомления) - аэробное, анаэробное, мышечное, нервное, психологическое переутомление.

23. Оздоровительное значение аэробных упражнений. Требования к содержанию физической тренировки для достижения оздоровительного

эффекта. Профилактическая эффективность циклических аэробных упражнений.

24. Гигиена питания при занятиях фитнесом.

25. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

26. Использование фитбол-аэробики для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

27. Использование степ-аэробики для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

28. Организация и методика проведения занятий по степ-аэробики с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

29. Использование пилатеса и стретчинга для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

30. Использование калланетики для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

31. Использование бодибилдинга для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

32. Краткая характеристика занятий наиболее распространенными видами циклических упражнений (ходьба, бег, плавание, ходьба на лыжах).

33. Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств.

34. Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики К.П. Бутейко, дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.

35. Методика закали-тренировки П. И. Иванова «Детка».

36. Характеристика самомассажа А.А. Уманской.

37. Характеристика системы естественного оздоровления Г.С. Шаталовой.

38. Оздоровительная система М.С. Норбекова.

39. Программа аэробного оздоровления организма К. Купера.

40. Характеристика слайд-аэробики, памп-аэробики, тераробики, слайкл-аэробики, таэбо и ки-бо-аэробики.

41. Игровые упражнения в оздоровительной тренировке.

42. Особенности дозирования физической нагрузки при занятиях различными играми.

43. Методика занятий упражнениями гимнастической направленности в оздоровительной тренировке.

44. Гидрокинезитерапия, аква-фитнесс, аква-гимнастика и лечебное плавание для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

45. Особенности методики занятий на тренажёрах при различных заболеваниях и повреждениях.

46. Методика проведения занятий скандинавской ходьбой.

47. Ближний туризм для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

48. Методы оценки физического здоровья в оздоровительной физической культуре.

49. Цель физкультурно-оздоровительных занятий с людьми зрелого и пожилого возраста. Специфика задач, решаемых в процессе физкультурно-оздоровительных занятий.

50. Особенности питания у лиц среднего и пожилого возраста.

51. Организация физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства с лицами зрелого и пожилого возраста.

52. Оздоровительные и досуговые формы физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.

53. Организация и содержание занятий в группах здоровья с лицами зрелого и пожилого возраста.

54. Методика и организация физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого и пожилого возраста.

55. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях с лицами зрелого и пожилого возраста.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Горбунов Н.П. Эффективность силовых упражнений в процессе физического воспитания студенток, отнесенных к специальной медицинской группе / Н.П. Горбунов, Г.А. Гавронина // Теория и практика физ. культуры. - 2005. - N1. - С. 52-54. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=641336>

<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N1/p52-54.htm>

2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Спорт, 2016 .— 385 с. : ил. URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N3/p43-45.htm2>.

<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=641336>

3. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. слов.-справ. : учеб. пособие : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ (ГЦОЛИФК) к использованию в учеб. процессе / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - Москва: Советский спорт, 2010. - 278 с. URL :

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186509&DocQuerID=11536373&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособие для студентов, обучающихся по спец. 022500, 022300, 022400 / [Н.Ж. Булгакова [и др.]]. - М.: Academia, 2005. - 429 с.: ил. URL :

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128794&DocQuerID=11536446&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. URL : <https://lib.rucont.ru/app/efd/641336/info>

<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N1/p19-23.htm>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=228979&DocQuerID=11536457&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=228979&DocQuerID=11536457&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=228979&DocQuerID=11536457&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

<https://lib.rucont.ru/efd/2792762>

б) Дополнительная литература:

1. Балашова, В.В. Здоровьеформирующие технологии в физическом воспитании студентов Тольяттинского государственного университета / В.В. Балашова // Теория и практика ФК. - 2005. - №3. - С. 43-45. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N3/p43-45.htm4>.

2. Бабенкова, Е.А. Виды контроля за детьми с отклонениями в состоянии здоровья / Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - №1. - С. 19-23. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N1/p19-23.htm>

3. Головина Л.Л. Формирование осанки у младших школьников нетрадиционными оздоровительными средствами/ Головина Л.Л., Копылов Ю.А., Сковородникова Н.В. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2000. - N4. - С. 42-47.

<https://lib.rucont.ru/efd/2792765>

<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2000N4/p42-47.htm>

4. Лисицкая, Т.С. Аэробика : [в 2 т.] / Татьяна Лисицкая, Лариса Сиднева. - Москва: Сов. спорт, 2021. Т. 1: Теория и методика. - 229 с.: рис. URL : <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/341428.pdf>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=341428&DocQuerID=11536474&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341428&DocQuerID=11536474&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5.Лисицкая, Т.С. Аэробика : [в 2 т.] / Татьяна Лисицкая, Лариса Сиднева. - Москва: Сов. спорт, 2021. Т. 2: Частные методики. - 215 с. - ISBN 978-5-00129-075-9. - 900.00 URL :

[HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/341429.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/341429.pdf)
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=341429&DocQuerID=11536474&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341429&DocQuerID=11536474&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура) : доп. М-вом образования РФ / [Валеев Н.М. [и др.]] ; под ред. С.Н. Попова. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2006. - 413 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=161977&DocQuerID=11536505&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=161977&DocQuerID=11536505&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

7.Гурьянова, Е. А. Вопросы медицинской реабилитации : учебное пособие / Е. А. Гурьянова, О. А. Тихоплав. – Москва; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 292 с. : ил., табл. URL: [https://biblioclub.ru/index.php?
page=book&id=599355](https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599355).

8.Михайлова, М.Г. Лечебная физическая культура для часто болеющих детей в условиях детского образовательного учреждения: метод. разраб. для студентов РГУФКСиТ / М.Г. Михайлова, Н.Л. Иванова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Москва: Физ. культура, 2009. - 31 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=184596&DocQuerID=11536561&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184596&DocQuerID=11536561&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Методические особенности физкультурно-оздоровительной работы с людьми пожилого возраста : метод. рекомендации / [авт.-сост. Тиунова О.В.] ; Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре, спорту и туризму, Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта (ВНИИФК). - Москва: Сов. спорт, 2001. - 46 с.: табл. URL : <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/163099.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163099&DocQuerID=11536580&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6. Асташина, М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учеб. пособие / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; М.П. Асташина .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2014 .— 188 с. : ил. URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641006>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoj-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал. - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\).](http://elibrary.ru)
- 3) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)
- 4) [Российский Стадион - информационное агентство \(stadium.ru\).](http://stadium.ru)
- 5) [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\).](http://sportmedicine.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (<https://www.who.int/ru>).
- 3) Библиографическая и реферативная база данных публикаций по биомедицине (<https://medj.rucml.ru/>).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.О.37 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профилей «Физическая реабилитация» и «Лечебная физическая культура» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР, массажа и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 3 и 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос 1 по разделу 1 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»	3 неделя	10 баллов
2	Написание рефератов по темам из раздела 1 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»	5 неделя	10 баллов
3	Опрос 2 по разделу 1 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»	7 неделя	10 баллов
4	Проведение практического занятия по ФВ на основе разработанного комплекса	9 неделя	10 баллов
5	Устный опрос по разделу 2 «Авторские системы и методики оздоровления»	24-25 неделя	10 баллов
6	Написание и защита реферата по разделу 2 «Авторские системы и методики оздоровления»	29 неделя	10 баллов
7	Подготовка презентации по разделу 2 «Авторские системы и методики оздоровления»	33 неделя	12 баллов
	Посещение занятий	3 семестр 4 семестр	10 баллов 18 баллов
	ИТОГО		100 баллов

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.О.37 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профилей «Физическая реабилитация» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР, массажа и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 5 и 6 семестры.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по разделу 1 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»		10 баллов
2	Написание рефератов по темам из раздела 1 и 2 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»		8 баллов
3	Опрос по разделу 2 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»		10 баллов
4	Проведение практического занятия по ФВ на основе разработанного комплекса		10 баллов
5	Устный опрос по разделу 2 «Авторские системы и методики оздоровления»		10 баллов
6	Опрос по разделу 2 ««Восточные оздоровительные системы»»		10 баллов
7	Написание и защита реферата по разделу 2 «Авторские системы и методики оздоровления»		8 баллов
8	Проведение практического занятия с элементами восточных оздоровительных школ на основе разработанного комплекса		10 баллов
	Посещение занятий	5 семестр 6 семестр	12 баллов 12 баллов
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Организация работы по оздоровительной физической культуре в условиях детского сада».	15
2	Реферат по теме «Методика проведения оздоровительных занятий на воздухе (прогулки, игры и т.д.)».	10
3	Написание и защита плана-конспекта занятия по ФВ для дошкольников (или оздоровительному плаванию).	10
4	Написание и защита плана-конспекта подвижной игры.	5
5	Реферат по теме «Закаливающие процедуры для детей дошкольного возраста».	10
6	Реферат по теме «Авторские системы и методики оздоровления»	10
7.	Написание и защита плана-конспекта занятий с применением авторских оздоровительных методик	10

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.37 ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

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

Направленность (профиль): Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ФР и ЛФК), заочная (ФР)*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: 13 зачетных единиц.

2. Семестр освоения дисциплины: 3-8 семестр (очная форма обучения), 5-9 семестры (заочная форма обучения)

3. Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности (ТФСД) для поддержания, улучшения и восстановления состояния здоровья населения средствами и методами оздоровительной физической культуры (ОФК) и физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-6	Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.	3-4	5
ОПК-6.1.	Знает: - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - гигиенические принципы закаливания.	3	5
ОПК-6.2.	Умеет: - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;	4	5
ОПК-6.3.	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; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе, трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.		
ОПК - 10	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).	5-8	6-9
ОПК-10.1.	Знает: - виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.	5-8	6-9
ОПК-10.2.	Умеет: - подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями	5-8	6-9

	в состоянии здоровья (включая инвалидов).		
ОПК-10.3.	Имеет опыт: - практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	5-8	6-9
ОПК-14	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	5-8	6-9
ОПК-14.1.	Знает: - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;	5-8	6-9
ОПК-14.2.	Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;		

	- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВАС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.		
ОПК-14.3.	Имеет опыт: - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.	5-8	6-9

5. Краткое содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **13 зачетных единиц, 468 академических часов.**

очная форма обучения (профили Физическая реабилитация и Лечебная физическая культура)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.	3	-	10	62		
2.	Раздел 2. Авторские системы и методики оздоровления	4	-	36	36		
3.	Раздел 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	5	-	10	62		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	6	-	18	54		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	7	-	36	72		
6.	Раздел 6. Восточные оздоровительные системы	8	-	8	64		
	Итого	468		118	350		<i>Зачет</i>

заочная форма обучения (профиль Физическая реабилитация)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.	4	-	4	140		
2.	Раздел 2. Авторские системы и методики оздоровления и Восточные оздоровительные системы	6	-	6	138		
3.	Раздел 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	6	138		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	9	-	6	30		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).						
	Итого 468		-	22	446		<i>Зачет</i>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01 «История лечебной физической культуры»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса
Протокол №89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель: Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
Ермолаева Юлия Анатольевна, доцент кафедры ФРМ и ОФК им И.М.
Саркизова-Серазини, к.п.н.

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук,
профессор кафедры спортивной медицины

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «История лечебной физической культуры» является: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области основ лечебной физической культуры и ее истории возникновения и целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у студентов умения осуществлять поиск научных трудов, эффективных форм, средств лечебной физической культуры, применяемых на различных исторических этапах становления данного направления. Образовательная деятельность по дисциплине «История лечебной физической культуры» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

«История лечебной физической культуры» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания истории возникновения, становления и развития лечебной физической культуры в мире и в России. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – лечебная физическая культура. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина «История лечебной физической культуры» является одной из фундаментальных дисциплин для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области ЛФК и физической реабилитации. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в

специализированных реабилитационных центрах и санаториях для лиц пожилого и старческого возраста, имеющих различные патологии.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач				
	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	1		
	УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности	1		
	УК-1.6. Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.	1		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История ЛФК: - Понятие об истории ЛФК - Этапы возникновения, становления и развития ЛФК в мире и в России	1	4	6	14		
2	История ЛФК в Древнем мире: - Особенности становления и развития ЛФК в Китае. Гимнастические школы древнего Китая, рукописи и документы; - Особенности становления и развития ЛФК в Греции. Ученые-философы, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека; - Особенности становления и развития ЛФК на Востоке, Европе, Риме, Швеции. Ученые, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека.	1	4	6	29		
3	История ЛФК в России: - Особенности этапов становления и развития ЛФК в России. Ученые, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека. - История возникновения методов ЛФК на различных этапах развития.	1	4	12	29		
Итого часов: 108			12	24	72		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «История лечебной физической культуры».

Вопросы для устного ответа и собеседования:

1. Понятие история ЛФК.
2. Этапы становления ЛФК в мире и России
3. Этапы становления и развития ЛФК в Древнем Китае.
4. Особенности врачебно-гимнастических школ в Древнем Китае.
5. Виды гимнастик в Древнем Китае.
6. Этапы становления и развития ЛФК в Древней Греции.
7. Философы-ученные, занимавшиеся проблемой влияния гимнастических упражнений на организм.
8. Школы гимнастики в Древнем Китае, особенности и задачи физических упражнений того времени.
9. Оздоровительная гимнастика, как фактор профилактики заболеваний в Древней Греции.
10. Этапы становления и развития ЛФК в Древнем Европе.
11. Особенности врачебно-гимнастических школ в Европе.
12. Развитие естественных-биологических наук того времени.
13. ЛФК в Европе, как мощный фактор профилактики заболеваний и укрепления здоровья.
14. Этапы становления и развития ЛФК на древнем Востоке и Индии.
15. Особенности врачебно-гимнастических школ на древнем Востоке и Индии, труды и ученые того времени.
16. Этапы становления и развития Шведской системы гимнастики.
17. Особенности Шведской гимнастической школы в Европе.
18. Основатель Шведской системы гимнастики, его вклад в развитие ЛФК.
19. Сочетание оздоровительной физической культуры с физическим воспитанием в XVIII-XIX в.
20. Этапы становления и развития отечественной системы ЛФК.
21. Особенности лечебной гимнастики в России в XX веке.
22. Первый этап развития ЛФК в России, его характерные особенности.
23. Второй этап развития ЛФК в России, его характерные особенности.
24. Третий этап развития ЛФК в России, его характерные особенности.
25. Четвертый этап развития ЛФК в России, его характерные особенности.
26. Ученые занимавшиеся проблемами механизма влияния физических упражнений на организм в России.
27. Современные виды реабилитации.
28. Основные проблемы ЛФК и АФК в XXI веке.
29. История развития гидрокинезотерапии.

30. История развития механотерапии.
31. История развития эрготерапии.
32. История развития фитотерапии.
33. История развития иппотерапии.
34. Современные концепции ЛФК, ФР, АФК.
35. Цандеровская-школа ЛГ, тренажеры, применяющиеся в данной школе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта: учебник / А.В. Трескин; Н.Ю. Мельникова. — 2-е изд., с изм. и доп. — Москва: Спорт: Человек, 2017.— 432 с.: ил. <https://lib.rucont.ru/efd/641192>

2. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта: учебник / А.В. Трескин; Н.Ю. Мельникова. — Москва: Советский спорт, 2013.— 392 с.: ил. <https://lib.rucont.ru/efd/279287>

3. Иванова, Л.Н. Страницы истории лечебной физической культуры : монография / Л.Н. Иванова .— Москва : РГУФКСМиТ, 2018 .— 223 с. : ил. — Библиогр.: с. 210-228 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/682384>

4. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие [для бакалавриата] : направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко .— Сургут : РИО СурГПУ, 2018 .— 159 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=683828>

5. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640959>

б) Дополнительная литература:

1. Томилин, К. Г. История физической культуры: учебное пособие: [16+] / К. Г. Томилин; Сочинский государственный университет, Кафедра

физической культуры и спорта. – Сочи:Сочинский государственный университет, 2019. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618380>

2. Иванова, Н.Л. Возвращение к жизни: лечебная физическая культура в годы Великой Отечественной войны [Электронный ресурс] // Лечеб. физ. культура: достижения и перспективы развития : материалы 4 Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (27 - 28 мая 2015 г.) / М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015. - С. 10-17.
URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/253901.pdf>
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=276431&DocQuerID=11662974&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=276431&DocQuerID=11662974&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=276431&DocQuerID=11662974&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Иванова, Н.Л. Профессор В.К. Добровольский: к 120-летию со дня рождения // Лечеб. физ. культура и спорт. медицина: традиции и инновации: материалы 9 Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием / отв. ред.: А.Б. Мирошников, Ю.А. Ермолаева. - М., 2021. - С. 58-63.
URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/342250.pdf>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=351370&DocQuerID=11663004&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=351370&DocQuerID=11663004&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=351370&DocQuerID=11663004&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Иванова, Н.Л. Профессор Стасенков, "очень много сделавший для советской физкультуры" : (к 145-летию со дня рождения) [Электронный ресурс] // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта : материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. : электрон. сб. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - С. 222-226.
URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/287055.pdf>

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=289029&DocQuerID=11663026&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=289029&DocQuerID=11663026&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=289029&DocQuerID=11663026&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Козырева, О.В. Летопись кафедры ЛФК, массажа и реабилитации / О.В. Козырева, Н.Л. Иванова // 2 Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием "Лечеб. физ. культура: достижения и перспективы развития", (27 - 28 мая 2013 г.) : материалы / [под общ. ред.: Ивановой Н.Л., Козыревой О.В.] ; М-

во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2013. - С. 6-15.

URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/212358.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=215299&DocQuerID=11663047&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

6. Иванова, Н.Л. У истоков кафедры лечебной физической культуры ГЦОЛИФК: профессор И.А. Багашев [Электронный ресурс] // Лечеб. физ. культура: достижения и перспективы развития : материалы 5 Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, 25 - 26 мая 2016 г. / М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - С. 18-28.

URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/258121.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=276490&DocQuerID=11663083&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

7. Очерки по истории лечебной физической культуры в России 20 века : сб. ст. / [авт.-сост. М.А. Еремушкин] ; М-во здравоохранения РФ, Федер. гос. бюджет. учреждение "Нац. мед. исслед. центр реабилитации и курортологии". - М.: Спорт, 2020. - 127 с.: ил.

URL : <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/343108.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=343108&DocQuerID=11663097&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

8. Бирюков, А.А. Всё - людям, ничего - себе : [о докторе мед. наук И. М. Саркизове-Серазини] / А.А. Бирюков. — Москва : Физическая культура, 2018. — 240 с. : ил. — ISBN 978-5-9746-0185-9. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862760>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический

журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
2. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru)
3. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)
- 2) Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации (rucml.ru)

3) Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» (<https://cyberleninka.ru/>)

4) Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

5) Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru)

6) Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)

7) Департамент труда и социальной защиты города Москвы (проект «Московское долголетие») - <https://dszn.ru/dolgoletie>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «История лечебной физической культуры» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»,
профилю – Лечебная физическая культура. Очная форма обучения.**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 (очная ф.о) семестр (ы).
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «История развития ЛФК»	3 неделя	10
2	Контрольная работа по разделу: «История развития активных средств лечебной физической культуры»	4 неделя	10
3	Контрольная работа по разделу: «История ЛФК в России, характерологические особенности этапов развития»	5 неделя	10
4	Презентация на тему «Отечественная система ЛФК, ученые, внесшие вклад в ее развитие»	5 неделя	15
5	Презентация на тему «Исторические сведения о возникновении и развитии ЛФК и массажа в древней Индии, Китае, Египте, Греции, Риме и в эпоху Возрождения, в Европе»	10 неделя	15
6	Итоговое тестирование по всему изученному материалу	10 неделя	10
7	Посещаемость	В течение семестра	10
	Зачет		20
	ИТОГО:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «История развития ЛФК»	10
2	Контрольная работа по разделу: «История развития активных средств лечебной физической культуры»	10
3	Контрольная работа по разделу: «История ЛФК в России, характерологические особенности этапов развития»	10
4	Презентация на тему «Отечественная система ЛФК, ученые, внесшие вклад в ее развитие»	15
5	Презентация на тему «Исторические сведения о возникновении и развитии ЛФК и массажа в древней Индии, Китае, Египте, Греции, Риме и в эпоху Возрождения, в Европе»	15
6	Итоговое тестирование по всему изученному материалу	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.В.01 «История лечебной физической культуры»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Семестры освоения дисциплины (модуля): 1 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области основ лечебной физической культуры и ее истории возникновения и целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у студентов умения осуществлять поиск научных трудов, эффективных форм, средств лечебной физической культуры, применяемых на различных исторических этапах становления данного направления.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач				
	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	1		
	УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности	1		
	УК-1.6. Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.	1		

4. Краткое содержание дисциплины «История лечебной физической культуры» :

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История ЛФК: - Понятие об истории ЛФК - Этапы возникновения, становления и развития ЛФК в мире и в России	1	4	6	14		
2	История ЛФК в Древнем мире: - Особенности становления и развития ЛФК в Китае. Гимнастические школы древнего Китая, рукописи и документы; - Особенности становления и развития ЛФК в Греции. Ученые-философы, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека; - Особенности становления и развития ЛФК на Востоке, Европе, Риме, Швеции. Ученые, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека.	1	4	6	29		
3	История ЛФК в России: - Особенности этапов становления и развития ЛФК в России. Ученые, изучавшие влияние физических упражнений на организм здорового и больного человека. - История возникновения методов ЛФК на различных этапах развития.	1	4	12	29		
Итого часов: 108			12	24	72		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М.Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1.В.02 «ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва –2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом Института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
Протокол № 2 от «12» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «03» сентября 2020 г

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «01» сентября 2022г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «07» сентября 2023г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1от «05» сентября 2024г.

Составители:

Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры физической реабилитации массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

Костяева Виктория Васильевна, старший преподаватель кафедры физической реабилитации массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» является формирование у обучающихся системы специальных знаний средств, методов и форм лечебной физической культуры в лечении и реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Развитие у обучающихся навыков практического применения принципов и наиболее эффективных методов лечебной физической культуры для лиц с различными патологиями.

Образовательная деятельность по дисциплине «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

«Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП.

Имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины, обучающимся необходимы знания анатомии, общей и частной патологии, теоретико–методологических основ физической культуры. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки обучающегося по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиля–Лечебная физическая культура. Знания, полученные обучающимися при освоении дисциплины, необходимы для успешного прохождения разделов ООП: педагогической практики, научно-исследовательской работы, государственной итоговой аттестации. Дисциплина «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» является фундаментальной теоретической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области лечебной физической культуры для лиц, имеющих различные патологии.

Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях лечебно-профилактических учреждений, а также в специализированных реабилитационных центрах, фитнес центрах, санаториях.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП(ОПОП)

Компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
шифр	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК–2 Способен разрабатывать и применять на практике комплексы лечебной гимнастики, использовать технические и иные средства, методические приемы, для восстановления утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения реабилитационного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Знать: -теоретические и организационно-методические основы лечебной физической культуры; -причины развития пред патологическими состояниями и заболеваний, основы общей патологии; -основные механизмы лечебного действия физических упражнений; -методику применения физических упражнений в различных формах лечебной физической культуры; -методы измерений и оценки эффективности применения физических упражнений.	1	
	Уметь: - определять причины развития пред патологическими состояниями и заболеваний; - подбирать наиболее эффективные средства и методы лечебного действия; - планировать содержание занятий в различных формах лечебной физической культуры с учетом нозологии; - оценивать физическое развитие, проводить функциональные исследования основных систем организма. разрабатывать методики коррекции и восстановления		
	Владеть: - навыками подбора основных средств, форм и методов лечебной физической культуры; - принципами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; -санитарно-гигиеническими основами образовательной деятельности; - навыками оценки уровня физического развития, методами коррекции и восстановления; - способностью применять на практике и разрабатывать комплексы лечебной гимнастики		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	С Е М Е С Т Р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие ЛФК: -ЛФК, как метод. -Понятие и цель реабилитации. -Виды реабилитации.	1	2	6	8		
2	Принципы ЛФК: -Физиологически обоснованные педагогические принципы. -Принципы медицинской и физической реабилитации.	1	4	6	8		
3	Основы ЛФК: - Средства ЛФК. - Классификация физических упражнений. - Формы ЛФК. - Механизмы лечебного действия физических упражнений.	1	2	6	10		
4	Периодизация ЛФК: - Этапы ЛФК. - Периоды ЛФК. - Двигательные режимы в ЛФК. - Оценка эффективности применения методов ЛФК.	1	4	6	10		
Итого часов:72			12	24	36		Зачет с оценкой

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине(модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры».

Вопросы для устного ответа:

1. Понятие лечебной физической культуры.
2. Лечебная физическая культура, как метод.
3. Физическая реабилитация. Цель и задачи реабилитации.
4. Виды реабилитации.
5. Особенности медицинской реабилитации.
6. Физиологически обоснованные педагогические принципы.
7. Принципы лечебной физической культуры.
8. Принципы медицинской и физической реабилитации.
9. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
10. Механизм тонизирующего влияния.
11. Механизм трофического действия.
12. Механизм формирования компенсаций.
13. Механизм нормализации функций.
14. Средства лечебной физической культуры.
15. Классификация физических упражнений.
16. Формы лечебной физической культуры.
17. УГГ. Особенности применения.
18. ЛГ. Особенности применения.
19. Самостоятельные занятия. Особенности применения.

20. Дозированная ходьба, дозированный бег. Особенности применения.
21. Терренкур, скандинавская ходьба. Особенности применения.
22. Лечебное плавание. Особенности применения.
23. Массовые формы оздоровительной физической культуры. Особенности применения.
24. Способы и принципы организации занятий лечебной гимнастики.
25. Показания, противопоказания абсолютные, относительные.
26. Интенсивность физических упражнений.
27. Способы дозировки физической нагрузки в ЛФК.
28. Последовательная коррекция нарушений функций опорно-двигательного аппарата средствами ЛФК.
29. Периодизация в ЛФК.
30. Этапы ЛФК. Периоды ЛФК. Двигательные режимы в ЛФК.
31. Стационарный этап. Особенности данного этапа.
32. Санаторный этап. Особенности данного этапа.
33. Поликлинический этап. Особенности данного этапа.
34. Оценка эффективности занятий ЛФК.
35. Понятие медицинская группа.
36. Виды медицинских групп. Основная, подготовительная, специальная.

6. Учебно- методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ.культура": рек. УМО по специальностям пед. образования / Л.Л. Артамонова, О.О. Панфилова, В.В. Борисова; общ. ред. О.П. Панфилова. - М.: Владос-пресс, 2010. -389с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186734&DocQuerID=11663337&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmlID=>
- 2.Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж: учебное пособие / С. А.

Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014.<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233>

3. Елифанов, В.А. Лечебная физическая культура : учеб. пособие для студентов мед. вузов : рек. УМО по мед. и фармацевт. образованию России / В.А. Елифанов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. - 567 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=227979&DocQuerID=11663393&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=227979&DocQuerID=11663393&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=227979&DocQuerID=11663393&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Лечебная физическая культура: Руководство / под ред. В.А. Маргазина. - СПб.: СпецЛит, 2020. - 847 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341399&DocQuerID=11663448&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=341399&DocQuerID=11663448&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341399&DocQuerID=11663448&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 12-е изд., стер. - М.: Academia, 2017. - 413 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=299017&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=299017&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=299017&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура) : доп. М-вом образования РФ / [Гарасева Т.С. [и др.]] ; под ред. С.Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 413 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187669&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=187669&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187669&DocQuerID=11663484&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

7. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск: Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с.: ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640959>

8. Стельмашонок, В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры: учебное пособие: [12+] / В. А. Стельмашонок, Н. В. Владимиров. – Минск: РИПО, 2015. – 328 с.: ил. <https://urait.ru/bcode/518011>

б) Дополнительная литература:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению 050700 Педагогика: доп. Умо по направлениям пед. образования Мин-ва образования и науки РФ / Э.Н. Вайнер. - 5-е изд., стер. - М.:Флинта, 2021. - 419 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=340539&DocQuerID=11663557&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

2. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина: курс лекций и практ.занятия: [учеб.пособие]/Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова.-М.: Спорт:Человек,2018.-708с.:ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=288977&DocQuerID=11663591&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

DocID=288977&DocQuerID=11663591&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

3. Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов: [учеб. пособие] / О.В. Громова. — Москва: Колос-с, 2018. — 182 с. <https://urait.ru/bcode/518011>

4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учеб. Для образоват. Учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. Деятельность по направлению 49.03.02: рек. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры/ С.П.Евсеев. -М.:Спорт,2020.-615с.:ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341440&DocQuerID=11663641&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

DocID=341440&DocQuerID=11663641&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2013. - 413 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=215524&DocQuerID=11663696&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

DocID=215524&DocQuerID=11663696&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

6. Осипова, В.В. Основы реабилитации: курс лекций: учеб.пособие/ В.В.Осипова. -СПб.: Лань,2020. -39с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341400&DocQuerID=11663793&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

DocID=341400&DocQuerID=11663793&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

7. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640959>

8. Физическая реабилитация: в2т.:учеб.для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот."Физ.культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья": рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н.Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016. Т. 1. - 284 с.: ил. - Библиогр.: с.279-280. -ISBN978-5-4468-3158-6

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=260767&DocQuerID=11663883&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

DocID=260767&DocQuerID=11663883&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>
3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>
4. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля
5. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru) Режим доступа: свободный

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)

- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).
- 4) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
- 2) [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(rucml.ru\)](http://rucml.ru)
- 3) [Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» \(https://cyberleninka.ru/\)](https://cyberleninka.ru/)
- 4) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
- 5) [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru)
- 6) [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)
- 7) Департамент труда и социальной защиты города Москвы (проект «Московское долголетие») - <https://dszn.ru/dolgoletie>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

Приложения к рабочим программам дисциплины
«Теоретико-методические основы лечебной физической культуры»

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По дисциплине «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» для обучающихся Факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма 1 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль–Лечебная физическая культура. Очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачет с оценкой.

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме	Максимальное кол-во баллов
№		обучения (в неделях) ¹	
1	Выступление на семинаре «Механизмы лечебного действия физических упражнений»	3 неделя	15
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Средства ЛФК»	4 неделя	10
3	Контрольная работа по разделу «Классификация Физических упражнений»	5 неделя	10
4	Кolloквиум по теме «Оценка эффективности применения методов ЛФК»	8 неделя	10
5	Презентация по изучаемым разделам дисциплины	10 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение семестра	10(1ч=0,14б)
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Классификация физических упражнений»	10
2	Подготовка реферата по разделу, пропущенному студентом	10
3	Контрольная работа по теме «Показание и противопоказания в ЛФК»	10
4	Написание реферата по теме «Формы ЛФК»	10
5	Презентация по теме «Периодизация в ЛФК»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП(ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят обучающимся, пропустившим занятия, набрать необходимое количество баллов для допуска к зачету. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<5 1	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое Выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
(МОДУЛЯ) Б1.В.02 «ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестры освоения дисциплины(модуля): 1 семестр

3. Цель освоения дисциплины(модуля):

Целью освоения дисциплины «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры» является формирование у обучающихся системы специальных знаний средств, методов и форм лечебной физической культуры в лечении и реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Формирование у обучающихся навыков практического применения принципов и наиболее эффективных методов лечебной физической культуры для лиц с различными патологиями.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Компетенции и шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК-2 Способен разрабатывать и применять на практике комплексы лечебной гимнастики, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения реабилитационного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Знать: -теоретические и организационно-методические основы лечебной физической культуры; -причины развития пред патологическими состояниями и заболеваний, основы общей патологии; -основные механизмы лечебного действия физических упражнений; -методику применения физических упражнений в различных формах лечебной физической культуры; -методы измерений и оценки эффективности применения физических упражнений.	1	

	Уметь: - определять причины развития пред-патологических состояний и заболеваний; - подбирать наиболее эффективные средства и методы лечебного действия; - планировать содержание занятий в различных формах проведения лечебной физической культуры с учетом нозологии; - оценивать физическое развитие, проводить функциональные исследования основных систем организма. разрабатывать методики коррекции и восстановления.	1	
	Владеть: - навыками подбора основных средств, форм и методов лечебной физической культуры; - принципами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; - санитарно-гигиеническими основами образовательной деятельности; - навыками оценки уровня физического развития, методами коррекции и восстановления способностью разрабатывать и применять на практике комплексы лечебной гимнастики.	1	

4. Краткое содержание дисциплины: «Теоретико-методические основы лечебной физической культуры»

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	С Е М Е С Т Р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие ЛФК: -ЛФК, как метод; -Понятие и цель реабилитации; -Виды реабилитации.	1	2	6	8		
2	Принципы ЛФК: - Физиологически обоснованные педагогические принципы; - Принципы медицинской и физической реабилитации.	1	4	6	8		
3	Основы ЛФК: - Средства ЛФК; - Классификация физических упражнений; - Формы ЛФК. - Механизмы лечебного действия физических упражнений;	1	2	6	10		
4	Периодизация ЛФК: - Этапы ЛФК; - Периоды ЛФК; - Двигательные режимы в ЛФК; - Оценка эффективности применения методов ЛФК.	1	4	6	10		
Итого часов:72			12	24	36		Зачет с оценкой

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.03 «Спортивная метрология»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Физическая
реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института ТРРиФ
Протокол № 89 от «12» 09 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и ЕНД
(наименование)
Протокол № 3 от « 17 » 09 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики
(наименование)
Протокол № от « » 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики
(наименование)
Протокол № от « » 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики
(наименование)
Протокол № от « » 20 г.

Составитель: Шалманов Анатолий Александрович, д.п.н., профессор,
профессор кафедры биомеханики, Вагин Андрей Юрьевич, к.п.н., доцент
кафедры биомеханики

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «спортивная метрология» является: формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Необходимость введения курса «Спортивная метрология» вариативной части Б1.В.03 обусловлена тем, что одной из главных задач управления педагогическим процессом, в том числе спортивной тренировкой, является наличие обратной связи, которая предполагает получение информации о результатах воздействия на организм человека средств физического воспитания и спортивной тренировки.

В этой связи к числу наиболее актуальных проблем относятся вопросы контроля за оперативным и текущим состоянием занимающихся физическими упражнениями и кумулятивным эффектом результатов педагогической деятельности преподавателей физической культуры и тренеров.

Высшее образование специалистов физической культуры и спорта также предполагает и наличие навыков научно-исследовательской работы. Научно-исследовательская работа требует умения проведения соответствующих измерений, обработки данных и их анализа.

Изучение курса «Спортивная метрология» базируется на знаниях слушателей в таких областях как: математическая статистика, спортивная морфология, биохимия, физиология, биомеханика, психология, физика.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине(модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	1		1
	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.			
	УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности			
	УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте	1	4	10	20		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)	1	0,5	2	4		
1.2.	Основы теории измерений	1	0,5	2	4		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения	1	1	2	2		
1.4.	Основы теории тестов	1	1	1	2		
1.5.	Основы теории оценок	1		1	4		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей	1	1	2	4		
2	Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте	1	6	14	18		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля	1	1	2	3		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности	1	1	4	3		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов	1	1	2	3		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок	1	1	2	3		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности	1	1	2	3		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте	1	1	2	3		
Итого часов:		72	10	24	38		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте	1	1	4	20		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				2		
1.2.	Основы теории измерений				2		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			2	4		
1.4.	Основы теории тестов		1	1	4		
1.5.	Основы теории оценок			1	4		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				4		
2	Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте		1	2	44		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		1		7		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности			1	7		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			1	7		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок				7		

2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности				8		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте				8		
Итого часов:		72	2	6	64		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Спортивная тренировка как процесс управления. Понятие об управлении и комплексном контроле.
2. Понятие об измерении. Шкалы измерений (номинальная, порядка, интервалов и отношений). Привести примеры использования разных шкал измерений в своем виде спорта.
3. Точность измерений. Систематические, случайные, абсолютные и относительные ошибки измерений.
4. Основные понятия теории тестов. Требования к организации и проведению тестирования.
5. Виды надежности тестов и способы ее оценки. Статистические методы оценки надежности тестов.
6. Логическая и эмпирическая информативность тестов. Оценка информативности тестов при наличии и отсутствии единичного критерия информативности.
7. Основные понятия теории оценок. Шкалы оценок (пропорциональные, прогрессирующие, регрессирующие и S-образная).

8. Разновидности норм (сопоставительные, индивидуальные и должные) и их пригодность (релевантность, репрезентативность и современность).

9. Основные понятия квалиметрии. Метод экспертных оценок (опрос и анкетирование).

10. Контроль соревновательной деятельности. Особенности регистрации и метрологической оценки показателей соревновательной деятельности в различных видах спорта (циклические, ациклические, игровые, единоборства и т.п.).

11. Контроль технической и тактической подготовленности спортсменов. Метрологическая оценка показателей технико-тактического мастерства (объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники и тактики).

12. Контроль физического состояния спортсменов (телосложение и состав тела, состояние здоровья и уровень развития двигательных качеств).

13. Контроль силовых качеств спортсмена. Метрологическая оценка основных, интегральных и дифференциальных показателей силы.

14. Контроль скоростных качеств спортсмена. Метрологическая оценка показателей элементарных форм проявления быстроты.

15. Контроль уровня развития выносливости. Разновидности показателей выносливости спортсменов и их метрологическая оценка.

16. Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

17. Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки. Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

18. Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

19. Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

20. Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

21. Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

22. Метрологические особенности контроля за основными факторами, влияющими на гибкость.

23. Возрастные изменения показателей пассивной и активной гибкости и их информативность.

24. Влияние наследственных факторов на гибкость и метрологические основы отбора юных спортсменов по этому показателю.

25. Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки.

26. Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

27. Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

28. Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

29. Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Тема 1.1. Каковы предмет и задачи спортивной метрологии? Какова роль спортивной метрологии в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов? Что собой представляют управляющая и управляемая системы в спортивной тренировке?

Тема 1.2. Что такое измерение и чем оно отличается от понятия «шкала измерения»? В чем различие между шкалой порядка и шкалой отношений?

Приведите пример величины, относящейся к шкале наименований. Как уменьшить систематическую и случайную ошибки измерений?

Тема 1.3. В чем отличие параметрической и непараметрической корреляции? В какой шкале измерений используется коэффициент корреляции Спирмена? Какова область применения регрессионного анализа? В чем суть метода регрессионных остатков? Для чего используется дисперсионный анализ в спортивной метрологии?

Тема 1.4. Какие требования предъявляются к тестам? В чем различие между эмпирической информативностью теста и информативностью по определению? Как проверить информативность теста? Перечислите виды надежности теста и статистические методы ее определения. Приведите пример оценки согласованности теста. Какими способами можно повысить надежность теста.

Тема 1.5. Каковы основные задачи оценивания в спорте? Перечислите основные типы шкал оценивания и приведите примеры целесообразности их применения в спорте. По какому принципу строятся стандартные шкалы? Какие бывают нормы? Раскройте смысл понятий «релевантность» и «репрезентативность» норм.

Тема 1.6. Что такое квалиметрия? Каковы основные метрологические требования к организации экспертизы? Что оценивают коэффициентом конкордации и какие статистические методы используют при его расчете? Приведите пример применения какого-либо квалиметрического метода в спортивной практике.

Тема 2.1. Охарактеризуйте особенности этапного, текущего и оперативного контроля. Каковы особенности и процедура проверки информативности тестов при этапном и текущем контроле? Каковы проблемы оценки информативности и надежности тестов для оценки оперативного состояния спортсменов?

Тема 2.2. Каковы основные задачи контроля за соревновательной деятельностью? Как определяется результативность технико-тактических

действий? Охарактеризуйте особенности использования методов видеозаписи и стенографирования в разных видах спорта. Каковы особенности коррекции состояния спортсмена в ходе соревнований в разных видах спорта?

Тема 2.3. С помощью каких показателей и тестов можно оценить уровень силовой подготовленности спортсменов? Какие факторы следует учитывать при тестировании силовой подготовленности? Какие показатели можно использовать для контроля за элементарными формами проявления скоростных качеств? Раскройте особенности добротности тестов скоростных качеств. В чем различие между специфическими и неспецифическими тестами для оценки выносливости? Приведите примеры явных и латентных показателей выносливости. Какими методиками можно оценить гибкость?

Тема 2.4. Какие основные характеристики следует учитывать при контроле за нагрузками? Как можно изменять сложность нагрузки в игровых видах спорта? В чем особенности контроля за величиной нагрузки в разных группах видов спорта? В чем различие между физической и физиологической нагрузкой?

Тема 2.5. В каких видах спорта целесообразно оценивать объем и разносторонность технической подготовленности спортсменов? Как оценить абсолютную эффективность техники? Раскройте суть метода регрессионных остатков для оценки реализационной эффективности техники и приведите пример его использования в вашем виде спорта. Какими инструментальными методиками можно контролировать техническое мастерство спортсмена?

Тема 2.6. Какие существуют направления отбора? Какова роль прогнозирования в организации отбора? В чем разница между ювенильными и дефинитивными показателями подготовленности спортсмена? Какова роль коэффициента стабильности и темпов прироста результатов тестов в прогнозировании спортивной одаренности? Какими способами можно изучать влияние наследственности на спортивные результаты? Какова роль модельных характеристик в прогнозировании и отборе в спорте?

Темы расчетно-графических работ:

1. РГР № 1 – Оценка надежности тестов по экспериментальным данным
2. РГР № 2 – Оценка информативности тестов по экспериментальным данным
3. РГР № 3 – Расчет стандартных шкал для оценки спортивных результатов
4. РГР № 4 – Виды контроля

Примерная тематика рефератов

Выбор темы работы определяется сочетанием выбранного вида контроля (этапного, текущего или оперативного) и контролируемых показателей (техническое мастерство, двигательные качества, нагрузки и т.п.).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

Кошкарев, Л.Т. Спортивная метрология (основы статистики, измерений, комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов) : учеб. пособие / Л.Т. Кошкарев .— Великие Луки : Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014 .— 225 с. — <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279257>

Попков, В. Н. Спортивная метрология / В. Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 183 с. — <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274886>

Спортивная метрология / Г. В. Стародубцев .— 4-е изд., испр. и доп. — Оренбург : ОГПУ, 2013 .— 104 с. — <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=232957>

Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; ответственный редактор В. В. Афанасьев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 209 с. — <https://urait.ru/bcode/513404>

Трифонова, Н. Н. Спортивная метрология : учебное пособие / Н. Н. Трифонова, И. В. Ермаков ; науч. ред. Г. И. Семенова ; Уральский

федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 115 с. : схем., табл., ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695245>

б) Дополнительная литература:

Бизюк, А. П. Алгоритмы статистических расчетов в квалификационных работах по психологии и педагогике : учебное пособие : [16+] / А. П. Бизюк, Н.Ю. Рыкова ; Институт специальной педагогики и психологии. – Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2015. – 140 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438756> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8179-0192-4. – Текст : электронный..

Гмурман, В.Е. Теория вероятностей и математическая статистика : учеб. пособие для студентов вузов : рек. М-вом образования РФ / В.Е. Гмурман. - 12-е изд., перераб. - М.: Юрайт: Высш. образование, 2009. - 479 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=190385&DocQuerID=11537079&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Спортивная метрология : Контроль нагрузок в спорте : (лекция для студентов-заоч.) / [сост. М.А. Годик] ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1978. - 27 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=14683&DocQuerID=11537082&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Годик, М.А. Спортивная метрология : учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Гос. Ком. СССР по физ. культуре и спорту / М.А. Годик. - М.: ФиС, 1988. - 192 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=14684&DocQuerID=11537086&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства : [учеб.-метод. пособие] / Голомазов С.В., Чирва Б.Г. - [2-е изд.]. - М.: ТБТ Дивизион, 2006. - 79 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=356130&DocQuerID=11537090&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&>

Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

Коренберг, В.Б. Спортивная метрология : слов.-справ. : учеб. пособие для студентов ВУЗов физ. культуры : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / В.Б. Коренберг. - М.: Сов. спорт, 2004. - 339 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128300&DocQuerID=11537093&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=128300&DocQuerID=11537093&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128300&DocQuerID=11537093&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

Коренберг, В.Б. Спортивная метрология : учебник / В.Б. Коренберг .— Москва : Физическая культура, 2008 .— 368 с. — ISBN 978-5-9746-0086-9 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/286739>.

Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б.Х. Ланда. - [5-е изд., испр. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2011. - 346 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=253387&DocQuerID=11537096&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=253387&DocQuerID=11537096&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=253387&DocQuerID=11537096&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

Начинская, С.В. Спортивная метрология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 Физ. культура : доп. М-вом образования РФ / С.В. Начинская. - М.: Academia, 2005. - 239 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=126372&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=126372&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=126372&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

Начинская, С.В. Спортивная метрология : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / С.В. Начинская. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2012. - 239 с.: табл. Начинская, С.В. Спортивная метрология : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / С.В. Начинская. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2012. - 239 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=236653&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=236653&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=236653&DocQuerID=11537098&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология : учеб. для студентов пед. вузов по спец. 033100 - Физ. культура : рек. Умо вузов РФ по пед. образованию / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевщиков. - М.: Academia, 2000. - 228 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

База полнотекстовых статей из цитируемых зарубежных журналов по биомедицинской тематике – ncbi.nlm.nih.gov/pubmed

Журнал «Метрология» – www.metrol.elpub.ru/jour/issue/archive

Официальный портал Всероссийской организации качества – <http://www.mirq.ru>

Официальный сайт ФБУ «Ростест-Москва» – <https://www.rostest.ru/services/metrology/>

Официальный сайт Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии РОССТАНДАРТ – <https://www.rst.gov.ru/portal/gost>

Сайт Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» – <http://www.vniifk.ru>

Сайт, посвящённый метрологии в РФ – <https://metro.ru>

Стандарты и качество – www.ria-stk.ru/libraries/

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Winows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat Reader DC;

4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных и информационные*

справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

Образовательная платформа Юрайт urait.ru.

Университетская библиотека ONLINE biblioclub.ru.

Электронная библиотечная система «Рукоонт» rucont.ru.

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – garant.ru.
2. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система – informio.ru.
3. Научная электронная библиотека «Киберленинка» – cyberleninka.ru.
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – elibrary.ru.
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – fgosvo.ru.
6. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации – fgosreestr.ru.
7. Реестр профстандартов Минтруда РФ – profstandart.rosmintrud.ru.
8. Федеральный портал «Российское образование» – edu.ru.
9. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ – rsl.ru.

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru).

3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru).
4. Центр развития электронных образовательных ресурсов (distant.msu.ru).
5. Медиабiblioteca просветительского проекта «Лекториум» (lektorium.tv/medialibrary).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Данная дисциплина обеспечена:

Лекционные занятия (161 аудитория)

- комплект электронных презентаций, слайдов;
- аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Практические занятия (68, 70 аудитории)

- презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук);

Для проведения лабораторных работ на базе учебной лаборатории кафедры созданы: лабораторные стенды и учебная документация по их использованию в учебном процессе. Стенды включают в себя: динамометрический комплекс, оптико-электронная система, электромиография, динамометрическое устройство для измерения силы мышц – разгибателей нижних конечностей. Используются пакеты компьютерных программ для обработки электрических сигналов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**по дисциплине (модулю) «Б1.В.03 Спортивная метрология»
для обучающихся института ТРРиФ 1 курса,
направления подготовки/ специальности: «49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»
направленности (профилю): «Лечебная физическая культура», «Физическая
реабилитация»
Очная/заочная форма (ы) обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра Биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Защита расчетно-графических работ	14-16 неделя	20
2	Выступление на семинаре «Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения»	5 неделя	5
3	Выступление на семинаре Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов	10 неделя	10
4	Выступление на семинаре Метрологические основы отбора в спорте	17 неделя	10
5	Написание реферата по темам указанным в программе	18 неделя	5
6	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов

1	Защита расчетно-графических работ		20
2	Выступление на семинаре «Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения»		5
3	Выступление на семинаре Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов		10
4	Выступление на семинаре Метрологические основы отбора в спорте		10
5	Написание реферата по темам указанным в программе		5
6	Посещение занятий		20
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения», Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов, Метрологические основы отбора в спорте	40
2	Защита расчетно-графических работ	20
3	Написание реферата по темам указанным в программе	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.03 – Спортивная метрология»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Физическая
реабилитация

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине(модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	1		1
	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.			
	УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности			
	УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i>	1	4	10	20		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)	1	0,5	2	4		
1.2.	Основы теории измерений	1	0,5	2	4		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения	1	1	2	2		
1.4.	Основы теории тестов	1	1	1	2		
1.5.	Основы теории оценок	1		1	4		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей	1	1	2	4		
2	<i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i>	1	6	14	18		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля	1	1	2	3		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности	1	1	4	3		
2.3.	Метрологические основы	1	1	2	3		

	контроля физической подготовленности спортсменов						
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок	1	1	2	3		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности	1	1	2	3		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте	1	1	2	3		
Итого часов:		72	10	24	38		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i>	1	1	4	20		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				2		
1.2.	Основы теории измерений				2		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			2	4		
1.4.	Основы теории тестов		1	1	4		
1.5.	Основы теории оценок			1	4		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				4		
2	<i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i>		1	2	44		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		1		7		

2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности			1	7		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			1	7		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок				7		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности				8		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте				8		
Итого часов:		72	2	6	64		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.04 Лечебная физическая культура в ортопедии»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-
Серазини» Протокол № 2 от «3»
сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-
Серазини» Протокол № 3 от «4»
сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-
Серазини» Протокол № 1 от «1»
сентября 2021г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-
Серазини» Протокол № 2 от «1»
сентября 2022г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-
Серазини» Протокол № 1 от «5»
сентября 2023г.

Составитель:

Швыгина Наталия Владимировна к.п.н., доцент, доцент кафедры
Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

Рецензент:

Смоленский Андрей Вадимович – д.м.н., профессор кафедры спортивной
медицины РГУФКСМиТ

1.Цель освоения дисциплины (модуля) «Лечебная физическая культура в ортопедии» является теоретическое изучение содержания различных форм ЛФК в ортопедии и закрепление сформированных навыков на клинической практике для подготовки бакалавра, владеющего основами традиционных и современных методик лечебной гимнастики, способного осуществлять профессиональную деятельность относительно лиц с нарушениями и заболеваниями опорно-двигательного аппарата различных возрастных групп.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина относится к обязательной дисциплине вариативной части профессионального цикла учебного плана для бакалавров направления подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК), профиль «Лечебная физическая культура». Изучается во 1-м семестре, одновременно с такими базовыми дисциплинами как анатомия человека, физиология человека, биология с основами экологии, комплексная реабилитация больных и инвалидов, культурология, технологии физкультурно-спортивной деятельности, теоретико-методические основы ЛФК, общая патология и тератология. Изучение дисциплины «ЛФК в ортопедии» основывается на сумме знаний, полученных студентами в ходе освоения таких дисциплин, как История ЛФК, специальная педагогика, анатомия человека, социальная защита инвалидов и логически продолжает их содержание. Дисциплина содержательно - методически взаимосвязана со всеми последующими дисциплинами профильного цикла.

К «входным» требованиям необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин можно отнести:

Знать:

исторические вехи развития ортопедии, ЛФК в нашей стране и за рубежом;

роль науки в развитии цивилизации, ценности научной рациональности, структуру, формы и методы научного познания; вопросов комплексной реабилитации ортопедических пациентов.

Уметь:

работать с иностранной литературой по направлению подготовки, работать со (читать транскрипцию, различать словарем прямое и переносное значение слов, находить переводы фразеологических единиц); вести диалог как способ отношения к культуре и обществу; работать с теоретическими и литературными источниками.

Владеть:

анализировать современную теорию ортопедических заболеваний.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической	1

реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры. ПК-1.1. Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации. ПК-1.2. Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры. ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации. ПК-1.6. Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации.	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 **зачетных единиц, 144 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие о правильной осанке. Нарушения осанки, их характеристика.	1	4	4	12		
2	Характеристика правильной осанки в сагитальной плоскости и фронтальной	1	2	4	12		
3	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки в сагитальной плоскости.	1	2	6	12		
4	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки во фронтальной плоскости.	1	2	4	8		
5	Сколиоз. Типы и степени сколиоза. Задачи, средства и методы лечебной физической культуры.	1	4	6	13		
6	Понятие о функциях стопы. Плоскостопие. Виды, характеристика	1	2	4	8		
7	Особенности лечебной гимнастики на поликлиническом этапе при плоскостопии.	1	1	4	8		
8	Подвижные игры при различных видах нарушения осанки и плоскостопия	1	1	4	8		
	Итоговая форма контроля					9	Экзамен
Итого часов:			18	36	81	9	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Промежуточная аттестация осуществляется в форме экзамена.

Виды контроля и отчетности студентов дифференцированы с таким расчетом, чтобы оценивать уровень усвоения учебного материала, понимания, осмысления и способности в итоге к практической реализации. Главной составной частью требований и обязательным условием допуска студента к теоретическому экзамену являются результаты текущей отчетности по каждому выполненному заданию.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении освоения дисциплины.

Применяемые формы текущего контроля:

индивидуальный или групповой устный опрос;

учебная дискуссия;

Case-study;

презентации.

Задания для контроля самостоятельной работы студентов

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий
для самостоятельной работы студентов

1. Назовите и охарактеризуйте сроки начала формирования физиологических изгибов человека.
2. Дать определение понятия «правильная осанка», и ее особенности в разных периодах детства.
3. Эпидемиология нарушений осанки и перспективный прогноз.
4. Охарактеризуйте три степени нарушения осанки.

5. Охарактеризуйте виды нарушений осанки в сагиттальной плоскости с увеличением физиологических изгибов.
6. Охарактеризуйте вид нарушения осанки в сагиттальной плоскости с уменьшением физиологических изгибов.
7. Охарактеризуйте комбинированный вид нарушения осанки в сагиттальной плоскости.
8. Охарактеризуйте вид нарушения осанки во фронтальной плоскости.
9. Охарактеризуйте вид нарушения называемый – «вялая осанка».
10. Причины, способствующие формированию нарушений осанки.
11. Профилактика нарушений осанки.
12. Задачи ЛФК при нарушениях осанки.
13. Временные противопоказания к определенным видам физических упражнений.
14. Охарактеризуйте курс ЛФК при нарушении осанки с указанием этапа, периодов.
15. Методы оценки эффективности занятий лечебной гимнастикой.
16. Дайте характеристику понятия «плоскостопие».
17. Охарактеризуйте виды плоскостопия в зависимости от причин его вызывающих.
18. Охарактеризуйте клиническую картину (ранние и поздние симптомы) плоскостопия.
19. Приведите пример из двух групп специальных упражнений при плоскостопии.
20. Понятие о соматоскопии при нарушении осанки.
21. Недостатки метода соматоскопии при нарушении осанки.
22. Условия проведения соматоскопии.
23. Характерные маркеры осанки в различных плоскостях.
24. Выполнить визуальный осмотр одного занимающегося, заполнить тестовую карту и сделать заключение.
25. Охарактеризовать методику оценки положения таза по ромбу Михаэлиса.

26. Характеристика осанометрии как метода диагностики нарушения осанки.
27. Компьютерно - оптическая топография (КОМОТ) – преимущества метода перед рентгенологическим исследованием и его характеристика.
28. Показания к применению КОМОТ.
29. Стериофотометрия – характеристика метода исследования осанки.
30. Дополнительные методы исследования состояния опорно-двигательного аппарата – антропометрические исследования – «трапециевидный угол», плечевой индекс.
31. Тест на кифоз – характеристика теста. Описать проведение и оценку результатов.
32. Как определить силовую выносливость мышц брюшного пресса? 33. Как определить силовую выносливость мышц спины?
34. Правила подбора мебели для ребенка.
35. Электронный корректор осанки – характеристика и методика применения.
36. Найти и выполнить презентацию по другим методикам коррекции нарушения осанки.

Решение ситуационных задач

Ситуационная задача по одному из видов нарушения осанки

Примерный перечень и содержание ситуационной задачи.

1. Мальчик 6 лет. Кифотическая осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием фитбола.
2. Девочка 9 лет. Лордотическая осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для адаптационного периода курса ЛФК.
3. Мальчик 12 лет. Кифо-лордотическая осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для заключительного периода курса ЛФК с использованием утяжелителей.

4. Девушка 15 лет. Гипокифоз. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием фитбола.
5. Юноша 17 лет. Плоско-вогнутая осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК.
6. Девушка 13 лет. Ассиметричная осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием гимнастических палок.
7. Юноша 17 лет. Сутуловатость. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для адаптационного периода курса ЛФК.
8. Девочка 7 лет. Вялая осанка. Оформить тестовую карту. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием скакалки.

Ситуационная задача по одному из видов плоскостопия

Примерный перечень и содержание ситуационной задачи.

1. Мальчик 4 лет. Плоскостопие. Выполнить плантографию и определить степень плоскостопия. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК.
2. Девочка 5 лет. Плоскостопие. Выполнить плантографию и определить степень плоскостопия. Разработать комплекс лечебной гимнастики для адаптационного периода курса ЛФК с использованием мелких предметов.
3. Мальчик 5 лет. Плосковарусные стопы. Выполнить плантографию и определить степень плоскостопия. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием полифункционального оборудования.
4. Девочка 6 лет. Плоско-вальгусные стопы. Выполнить плантографию и определить степень плоскостопия. Разработать комплекс лечебной

гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием полифункционального оборудования.

5. Мальчик 11 лет Плоскостопие. Выполнить плантографию и определить степень плоскостопия. Разработать комплекс лечебной гимнастики для тренировочно-корректирующего периода курса ЛФК с использованием массажного оборудования.

Примерная тематика презентаций

1. Понятие об осанке. Краткая характеристика различных дефектов осанки.

Средства и формы ЛФК при нарушениях осанки. Методы ЛФК и массаж при нарушениях осанки (группы упражнений). Профилактика.

2. Плоскостопие и его виды. Диагностика. Методы ЛФК и массажа. Специальные упражнения.

3. Понятие о сколиозе. Виды и степени сколиоза. Различные группы упражнений, применяемые при лечении сколиозов. Корректирующая гимнастика – основная форма ЛФК.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Швыгина, Н.В. Лечебная физическая культура в ортопедии : курс лекций / Н.В. Швыгина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2021 .— 156 с. : ил.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=786538>
2. Козырева, О.В. Лечебная физкультура для дошкольников : При нарушениях опорно-двигат. аппарата: Пособие для инструкторов лфк, воспитателей и родителей: Доп. М-вом образования РФ / Козырева Ольга Владимировна. - М.: Просвещение, 2003. - 112 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=118486&DocQuerID=11537111&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура) : доп. М-вом образования РФ / [Гарасева Т.С. [и др.]] ; под ред. С.Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 413 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=187669&DocQuerID=11537128&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187669&DocQuerID=11537128&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Ловейко, И.Д. Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника у детей / И.Д. Ловейко, М.И. Фонарев. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Л.: Медицина. Ленингр. отд-ние, 1988. - 141 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=36786&DocQuerID=11537180&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=36786&DocQuerID=11537180&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Милюкова, И.В. Лечебная и профилактическая гимнастика : практ. энцикл. / И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. - М.: Эксмо, 2004. - 495 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=127332&DocQuerID=11664590&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=127332&DocQuerID=11664590&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Пенькова, И.В. Профилактика нарушений осанки у детей младшего школьного возраста // Науч. тр. : Ежегодник / СибГАФК. - Омск, 1999. - С. 63-70.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=160814&DocQuerID=11537139&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=160814&DocQuerID=11537139&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Сарнадский, В.Н. Метод компьютерной оптической топографии - 12 лет клинической практики / В.Н. Сарнадский, С.Я. Вильбергер // Биомеханика-2006 : 8 Всерос. конф. по биомеханике, Нижний Новгород, 22-26 мая 2006 г. : тез. докл. / Рос. акад. наук [и др.]. - Н. Новгород, 2006. - С. 195-197.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=142096&DocQuerID=11537201&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=142096&DocQuerID=11537201&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoj-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал. - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

Электронные библиотечные системы:

[Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информιο» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\).](http://mediasphera.ru)
3. [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(ruscml.ru\).](http://ruscml.ru)
4. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\).](http://garant.ru)
5. [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\).](http://medicinform.net)
6. Департамент труда и социальной защиты города Москвы (проект «Московское долголетие») (<https://dszn.ru/dolgoletie>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy) (<https://world.physio/>).
- 3) [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\).](http://webmed.irkutsk.ru)
- 4) Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс <https://www.sportmedicine.ru/books.php> Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для материального обеспечения дисциплины «Теоретические и методические основы физической реабилитации» кафедра имеет и использует:

- аудиторию 327, оборудованную ПК и компьютерным проектором, компьютерный класс (комната 339) на 10 компьютеров, имеющий дополнительно большой телевизор для просмотра видеороликов;
- реабилитационное оборудование: универсальный силовой тренажер С.М. Бубновского, велотренажер, тредбан, фитболы, и другое мелкое оборудование и предметы реабилитационного назначения (гимнастическая скамейка, гимнастическая палка, скакалка, медицинболы различного веса).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Лечебная физическая культура в ортопедии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленности (профилю) Лечебная физическая культура, формы обучения очная

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-
Серазини
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1
семестр Форма промежуточной аттестации:
экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	Понятие о правильной осанке. Нарушения осанки, их характеристика.	07.09.2021-21.09.2021	10
2.	Характеристика правильной осанки в сагитальной плоскости и фронтальной	23.09.2021-04.10.2021	10
3.	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки в сагитальной плоскости.	07.10.2021-11.10.2021	10
4.	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки во фронтальной плоскости.	14.10.2021-26.10.2021	10
5.	Сколиоз. Типы и степени сколиоза. Задачи, средства и методы лечебной физической культуры.	11.11.2021-22.11.2021	20
6.	Понятие о функциях стопы. Плоскостопие. Виды, характеристика	02.12.2021-27.12.2021	10
	экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),

завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.04 Лечебная физическая культура в ортопедии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная
физическая культура)
(код и
наименование)

Направленность
(профиль): (наименование)
Лечебная физическая культура

Уровень образования:

бакалавриат Форма обучения:

очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): «Лечебная физическая культура в ортопедии» является теоретическое изучение содержания различных форм ЛФК в ортопедии и закрепление сформированных навыков на клинической практике для подготовки бакалавра, владеющего основами традиционных и современных методик лечебной гимнастики, способного осуществлять профессиональную деятельность относительно лиц с нарушениями и заболеваниями опорно-двигательного аппарата различных возрастных групп.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ПК - 1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	1

**5. Краткое содержание дисциплины
(модуля): Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		С е м е с т	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие о правильной осанке. Нарушения осанки, их характеристика.	1	4	4	12		
2	Характеристика правильной осанки в сагитальной плоскости и фронтальной	1	2	4	12		
3	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки в сагитальной плоскости.	1	2	6	12		
4	Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при нарушениях осанки во фронтальной плоскости.	1	2	4	8		
5	Сколиоз. Типы и степени сколиоза. Задачи, средства и методы лечебной физической культуры.	1	4	6	13		
6	Понятие о функциях стопы. Плоскостопие. Виды, характеристика	1	2	4	8		
7	Особенности лечебной гимнастики на поликлиническом этапе при плоскостопии.	1	1	4	8		
8	Подвижные игры при различных видах нарушения осанки и плоскостопия	1	1	4	8		
	Итоговая форма контроля					9	Экзамен
Итого часов:			18	36	81	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ОД.7.4 Лечебная физическая культура в травматологии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса
Протокол №1 от «3» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-
Серазини»
(наименование)
Протокол № 1 от «1» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол № 4 от «1» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол № 3 от «2» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол № 3 от «5» сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол № 2 от «3» сентября 2024 г.

Составитель: Швыгина Наталия Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины Лечебная физическая культура в травматологии

Целями освоения дисциплины «Лечебная физическая культура в травматологии» являются привития знаний и навыков по восстановлению здоровья, функционального состояния и трудоспособности лиц различного возраста после травм опорно- двигательного аппарата средствами лечебной физической культуры.

Сформировать у бакалавров способность разрабатывать методику применения лечебной физической культуры у больных после хирургических вмешательств на органах брюшной и грудной полости и ампутации конечностей. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.В.ОД.7.4 «Лечебная физическая культура в травматологии» изучается в 3 семестре, основана на знаниях анатомии, физиологии и биомеханики движений человека, теоретико-методических основ лечебной физической культуры, общей и частной патологии. Для успешного освоения дисциплины необходимо знать анатомическое строение суставов верхних и нижних конечностей, а так же мышцы, обеспечивающие движения в суставах и их стабильность, профилактика травматических повреждений и нарушений осанки. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях. Курс «Лечебная физическая культура в травматологии» введена в стандарт в связи с требованием расширения и углубления знаний студентов.

Изучение этиологии, патогенеза, клинической картины и методов лечения различных травм позволяет студентам понять, какое место занимают физические упражнения в лечебной физической культуре больных и травмированных.

Изучение курса «Лечебная физическая культура в травматологии» тесно связано с такими ранее изученными дисциплинами, как анатомия, физиология, биохимия, общая патология и частная патология, теоретико-методологические основы лечебной физической культуры.

Дисциплина изучается на втором курсе бакалавриата в форме лекций, практических и самостоятельных занятий. Практические занятия проводятся в форме доклинической практики в вузе. Обучающиеся должны быть готовы принять участие в обсуждении методических особенностей построения программ реабилитации в зависимости от характера заболевания, периода и этапа реабилитации, проводить занятия с пациентами, имеющими хирургические заболевания. Является этапом подготовки к ГИА.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «ЛФК в травматологии»

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ОПК-10	Знать: Основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
	Уметь: Использовать медицинскую литературу; грамотно интерпретировать медицинскую документацию; выявлять признаки отклонений в состоянии здоровья.	4
	Владеть: Навыками применения полученных знаний для составления реабилитационных, коррекционно-развивающих и иных программ с учетом особенностей протекания заболевания.	4
ОПК-12	Уметь: Оценивать уровень риска с учетом особенностей различных половозрастных и нозологических групп; планировать занятие с учетом всех интеллектуальных, психических и психофизических особенностей занимающихся, способных повысить риск травматизма.	4
	Владеть: Навыками безопасного построения занятий с учетом всех особенностей контингента; навыками страховки; умением быстро и правильно реагировать на возникновение потенциальных угроз здоровью занимающихся.	4
ПК-13	Знать: основные классификации физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - основные принципы проведения комплексов физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4
	Уметь: - подбирать наиболее эффективные средства и методы	4

	воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;	
	Владеть: - методами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;	4
ПК-15	Знать: Особенности организации восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4
	Уметь: - анализировать динамику восстановительных процессов у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после физических нагрузок; - сочетать различные восстановительные мероприятия с учетом их комплексного воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
	Владеть: навыками организации эффективных восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
ПК-18	Знать: клинико-этиологические особенности различных заболеваний и травм и их проявления в организме человека; принципы оценки оставшихся функций после болезни или травмы; методические подходы к процессу частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы.	4
	Владеть: навыками восстановления оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы	4

4. Структура и содержание дисциплины «Лечебная физическая культура в травматологии»

Трудоемкость 3 з.е., 108 ак.ч.

очная форма обучения

			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
№	Раздел дисциплины	С е м	Занятия м лекционного	семинарского	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Общие основы ЛФК. Понятие о переломе и травматической болезни - Виды иммобилизации - Виды травматических повреждений	3	2	6	10		
2	ЛФК при переломах верхних и нижних конечностей. - ЛФК при переломах длинных трубчатых костей - ЛФК при вывихе плечевого сустава - ЛФК при переломе костей голени - ЛФК при переломах бедра - ЛФК при переломах шейки бедра	3	2	6	10		
3	ЛФК при компрессионных переломах позвоночника - ЛФК при переломах грудного отдела позвоночника - ЛФК при переломах поясничного отдела - ЛФК при переломах шейного отдела позвоночника	3	2	4	10		
4	ЛФК при переломах костей таза - ЛФК при переломах лонного сочленения - ЛФК при переломе типа Мальгенья - ЛФК при оперативном лечении при переломах костей таза	3	2	4	10		
5	ЛФК при травматических повреждениях у спортсменов - ЛФК при повреждении коленного сустава - ЛФК при повреждении голеностопного сустава - ЛФК при привычном	3	2	4	10		

	вывихе плеча						
6	ЛФК при повреждении ахиллова сухожилия - ЛФК при разрыве мениска - ЛФК при вывихах голеностопного сустава - Упражнения в воде при переломах верхних и нижних конечностей	3	2	4	9		
Итого часов: 108			12	28	59	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

51. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

52. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Устные

опросы

Тестирование

Доклады с презентацией

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы по курсу “Лечебная физическая культура в травматологии ”

1. Дайте определение понятия травма и охарактеризуйте виды травматизма.
2. Виды травм и их общая характеристика.
3. Перечислите современные методы лечения в травматологии
4. Характеристика этапов физической реабилитации в травматологии.
5. Понятие о травматической болезни. Этиопатогенез. Клиническая картина.
6. Дайте определение понятия перелом, его признаках и видах переломов.
7. Перелом лопатки. Диагностика, иммобилизация и лечение.
8. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе лопатки.
Особенности методики лечебной гимнастики.
9. Вывихи и переломы ключицы. Клиническая картина, иммобилизация и лечение.
10. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе ключицы. Особенности методики лечебной гимнастики.
11. Переломы проксимального и дистального конца плечевой кости. Клиническая картина, иммобилизация и лечение.
12. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе проксимального и дистального конца плечевой кости. Особенности методики лечебной гимнастики.
13. Вывихи в плечевом суставе, Этиопатогенез, симптоматика, лечение.

14. Этиопатогенез привычного вывиха плеча, лечение.
15. Охарактеризуйте повреждения предплечья, их симптоматику, иммобилизацию и лечение.
16. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе костей предплечья. Особенности методики лечебной гимнастики.
17. Опишите повреждения костей кисти (переломы и вывихи костей запястья, пястных костей и фаланг пальцев).
18. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе костей кисти. Особенности методики лечебной гимнастики.
19. Переломы диафиза бедренной кости. Клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.
20. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе диафиза бедренной кости. Особенности методики лечебной гимнастики.
21. Переломы бедренной кости в области тазобедренного сустава. Клиническая картина. Иммобилизация. Виды лечения.
22. Дайте характеристику повреждений в коленном суставе.
23. Повреждения менисков коленного сустава. Эпидемиология Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение.
24. Задачи, средства и формы ЛФК при повреждении мениска коленного сустава. Особенности методики лечебной гимнастики.
25. Повреждения боковых и крестообразных связок коленного сустава. Симптоматика. Лечение.
26. Внутрисуставные переломы бедра и большеберцовой кости в коленном суставе. Клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.
27. Перечислите повреждения голени опишите их клиническую картину, виды иммобилизации и лечение.
28. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе костей голени. Особенности методики лечебной гимнастики.
29. Переломы лодыжек, клиническая картина, иммобилизация, лечение.
30. Перечислите переломы костей стопы и охарактеризуйте их клиническую картину, иммобилизацию и лечение.
31. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе костей стопы. Особенности методики лечебной гимнастики.

32. Компрессионные переломы тел позвонков.
Этиопатогенез. Симптоматика. Лечение.
33. Задачи, средства и формы ЛФК при компрессионном переломе тел позвонков в шейном отделе. Особенности методики лечебной гимнастики.
34. Задачи, средства и формы ЛФК при компрессионном переломе тел позвонков в грудном отделе. Особенности методики лечебной гимнастики.
35. Задачи, средства и формы ЛФК при компрессионном переломе тел позвонков в поясничном отделе. Особенности методики лечебной гимнастики.
36. Перечислите виды переломов костей таза.
37. Перелом тазового кольца без нарушения непрерывного тазового кольца. Этиопатогенез, симптоматика, иммобилизация и лечение.
38. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе тазового кольца без нарушения непрерывного тазового кольца. Особенности методики лечебной гимнастики.
39. Дайте характеристику перелома костей таза типа Мальгенья и его лечение.
40. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе костей таза типа Мальгенья.
Особенности методики лечебной гимнастики.
41. Перелом вертлужной впадины. Этиопатогенез. Симптоматика, лечение.
42. Задачи, средства и формы ЛФК при переломе вертлужной впадины. Особенности методики лечебной гимнастики.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

1. Основная литература:

1. Лечебная физическая культура в травматологии : учебное пособие / Т.В. Карасева, С.Н. Толстов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова, А.С. Махов, Е.В. Перевозчикова, Е.В. Руженская, М.В. Тихомолов, С.В. Жубаркин, В.В. Гузий .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010 .— 140 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=152936>

2. Физическая реабилитация: в2т.:учеб.для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот."Физ.культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья": рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н.Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016. Т. 1. - 284 с.: ил. - Библиогр.: с.279-280. -ISBN978-5-4468-3158-6

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=260767&DocQuerID=11663883&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=260767&DocQuerID=11663883&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура) : доп. М-вом образования РФ / [Карасева Т.С. [и др.]] ; под ред. С.Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 413 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187669&DocQuerID=11537128&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Козырева, О.В. Лечебная физкультура для дошкольников : При нарушениях опорно-двигат. аппарата: Пособие для инструкторов лфк, воспитателей и родителей: Доп. М-вом образования РФ / Козырева Ольга Владимировна. - М.: Просвещение, 2003. - 112 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=118486&DocQuerID=11537111&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Ловейко, И.Д. Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника у детей / И.Д. Ловейко, М.И. Фонарев. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Л.: Медицина. Ленингр. отд-ние, 1988. - 141 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=36786&DocQuerID=11537180&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6. Милюкова, И.В. Лечебная и профилактическая гимнастика : практ. энцикл. / И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. - М.: Эксмо, 2004. - 495 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=127332&DocQuerID=11665397&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=127332&DocQuerID=11665397&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Дополнительная литература:

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 11-е изд., испр. - М.: Academia, 2014. - 413 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=236643&DocQuerID=11537188&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=236643&DocQuerID=11537188&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Юмашев, Г.С. Травматология и ортопедия : Учеб. для студ. мед. вузов. - М.: Медицина, 1983. - 576 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=75522&DocQuerID=11665366&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3. Пенькова, И.В. Профилактика нарушений осанки у детей младшего школьного возраста // Науч. тр. : Ежегодник / СибГАФК. - Омск, 1999. - С. 63-70. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=160814&DocQuerID=11537139&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Сарнадский, В.Н. Метод компьютерной оптической топографии - 12 лет клинической практики / В.Н. Сарнадский, С.Я. Вильбергер // Биомеханика-2006 : 8 Всерос. конф. по биомеханике, Нижний Новгород, 22-26 мая 2006 г. : тез. докл. / Рос. акад. наук [и др.]. - Н. Новгород, 2006. - С. 195-197. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=142096&DocQuerID=11537201&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал. - <http://lfksport.ru>

4. Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2014 (или переизданный 2016 г.), электронный ресурс с теми же реквизитами на сайте: academia-moscow.ru

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*

2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного*

документа Adobe Acrobat Reader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

[Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\).](http://mediasphera.ru)

3. [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(ruscml.ru\).](http://ruscml.ru)

4. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\).](http://garant.ru)

5. [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicininform.net\).](http://medicininform.net)

6. Департамент труда и социальной защиты города Москвы (проект «Московское долголетие») (<https://dszn.ru/dolgoletie>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1) [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

2) Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy) (<https://world.physio/>).

3) [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\).](http://webmed.irkutsk.ru)

4) Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс <https://www.sportmedicine.ru/books.php> Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для материального обеспечения дисциплины кафедра имеет и использует:

аудиторию 327, оборудованную ПК и компьютерным проектором, компьютерный класс (комната 339) на 10 компьютеров, имеющий дополнительно большой телевизор для

просмотра видеороликов;

реабилитационное оборудование: универсальный силовой тренажер С.М. Бубновского, велотренажер, тредбан, фитболы, и другое мелкое оборудование и предметы реабилитационного назначения (гимнастическая скамейка, гимнастическая палка, скакалка, медицинболы различного веса).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Лечебная физическая культура в травматологии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», Профиль – «ЛФК». Очная форма обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры. Сроки изучения дисциплины: 3 семестр Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Выступление на семинарах по темам №1 Понятие о лечебной физической культуре, факторы послужившие импульсом для ее развития. Задачи лечебной физической культуры. Презентация	2 неделя	8
2	Контрольная работа ЛФК при плоскостопии. Презентация	2 неделя	8
3	Выступление на семинарах по темам №3 Общие основы ЛФК . Презентация	3 неделя	8
4	Выступление на семинарах по темам №4 Лечебная физическая культура при сколиозах	4 неделя	9
5	Письменное тестирование по дисциплине, реферат. Особенности ЛФК при переломе трубчатых костей	5 неделя	10
6	Выступление на семинарах по темам ЛФК при травматических повреждениях у спортсменов. ЛФК при повреждениях коленного сустава. ЛФК при повреждениях голеностопного сустава. ЛФК при разрывах ахиллова сухожилия.	6 неделя	10
7	Посещение учебных занятий за весь период	7 неделя	17 зан.х 16.=17
8	Экзамен	7 неделя	30 баллов
ИТОГО:			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «ЛФК при диафизарных переломах»	5
3	Выступление на семинаре «ЛФК при переломах костей таза»	10
4	Подготовка доклада «ЛФК при переломах позвоночника», пропущенному студентом	5
5	Дополнительное тестирование по теме/модулю ЛФК при переломах костей таза.	5
6	Написание реферата по теме «ЛФК при травматических повреждениях у спортсенов».	15
7	Презентация по теме «ЛФК при переломах бедренной кости»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им.
И.М. Саркизова-Серазини**

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.ОД.7.4 «Лечебная физическая культура в травматологии» (шифр, наименование в
соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)»

(код и наименование)

Профиль: «Лечебная физическая культура»

(наименование) Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025

Москва – 2021 г

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 3 зачетных единицы.
2. **Семестры освоения дисциплины** 3 семестр.
3. **Цель освоения дисциплины:** Целями освоения дисциплины «ЛФК в травматологии» являются привития знаний и навыков по восстановлению здоровья, функционального состояния и трудоспособности лиц различного возраста после травм опорно- двигательного аппарата средствами лечебной физической культуры. Сформировать у бакалавров способность разрабатывать методику применения лечебной физической культуры после травматических повреждений ОДА и заболеваний позвоночника.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	3	5
ОПК-10	Знать: Основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
	Уметь: Использовать медицинскую литературу; грамотно интерпретировать медицинскую документацию; выявлять признаки отклонений в состоянии здоровья.	4
	Владеть: Навыками применения полученных знаний для составления реабилитационных, коррекционно-развивающих и иных программ с учетом особенностей протекания заболевания.	4
ОПК-12	Уметь: Оценивать уровень риска с учетом особенностей различных половозрастных и нозологических групп; планировать занятие с учетом всех интеллектуальных, психических и психофизических особенностей занимающихся, способных повысить риск травматизма.	4
	Владеть: Навыками безопасного построения занятий с учетом всех особенностей контингента; навыками страховки; умением быстро и правильно реагировать на возникновение потенциальных угроз здоровью занимающихся.	4
ПК-13	Знать: основные классификации физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - основные принципы проведения комплексов физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4
	Уметь:	

	- подбирать наиболее эффективные средства и методы воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;	
	Владеть: - методами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;	4
ПК-15	Знать: Особенности организации восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4
	Уметь: - анализировать динамику восстановительных процессов у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после физических нагрузок; - сочетать различные восстановительные мероприятия с учетом их комплексного воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
	Владеть: навыками организации эффективных восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	4
ПК-18	Знать: клинико-этиологические особенности различных заболеваний и травм и их проявления в организме человека; принципы оценки оставшихся функций после болезни или травмы; методические подходы к процессу частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы.	4
	Владеть: навыками восстановления оставшиеся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы	4

1. Структура и содержание дисциплины «Лечебная физическая культура в травматологии»

Трудоемкость 3 з.е., 108 ак.ч.

очная форма обучения

			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

№	Раздел дисциплины	С е	Занятия м лекционного	семинарского	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Общие основы ЛФК. Понятие о переломе и травматической болезни - Виды иммобилизации - Виды травматических повреждений	3	2	6	10		
2	ЛФК при переломах верхних и нижних конечностей. - ЛФК при переломах длинных трубчатых костей - ЛФК при вывихе плечевого сустава - ЛФК при переломе костей голени - ЛФК при переломах бедра - ЛФК при переломах шейки бедра	3	2	6	10		
3	ЛФК при компрессионных переломах позвоночника - ЛФК при переломах грудного отдела позвоночника - ЛФК при переломах поясничного отдела - ЛФК при переломах шейного отдела позвоночника	3	2	4	10		
4	ЛФК при переломах костей таза - ЛФК при переломах лонного сочленения - ЛФК при переломе типа Мальгенья - ЛФК при оперативном лечении при переломах костей таза	3	2	4	10		
5	ЛФК при травматических повреждениях у спортсменов - ЛФК при повреждении коленного сустава - ЛФК при повреждении голеностопного сустава - ЛФК при привычном	3	2	4	10		

	вывихе плеча						
6	ЛФК при повреждении ахиллова сухожилия - ЛФК при разрыве мениска - ЛФК при вывихах голеностопного сустава - Упражнения в воде при переломах верхних и нижних конечностей	3	2	4	9		
Итого часов: 108			12	28	59	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Кафедра анатомии и биологической антропологии
Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.06 Возрастная биология человека»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим
советом Института туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «01» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

Составитель:

Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор
кафедры анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;

Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и
биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;

Рецензент:

Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор кафедры
анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Данная программа имеет своей целью формирование у студентов биологического мышления и целостного естественнонаучного мировоззрения. Курс позволяет с помощью комплексного и индивидуального подходов изучить человека, стоящего в центре спортивно-педагогической деятельности студента.

Программа включает вопросы биологической сущности человека, место человека в системе животного мира. Рассмотрение общих биологических закономерностей организации живой природы создает предпосылки для изучения человека как биосоциального феномена, его происхождения и биологической изменчивости во времени и пространстве с учетом экологических, географических, климатических факторов, возрастно-половых особенностей развития, сенситивных периодов на этапах этого развития, отклонений в состоянии здоровья и также с учетом вида физической деятельности.

Основные задачи курса заключаются в изучении общих принципов строения и эволюции органического мира, механизмов адаптации с учётом нормы реакции организма и надёжности его систем, а также с учётом дозы влияния факторов среды обитания на функционирование систем организма. В результате освоения курса студентам необходимо знать закономерности роста и развития человека; характеристику механизмов морфофункциональных связей на разных этапах онтогенеза; влияние факторов среды на этих этапах; пубертатные скачки роста и возрастно-половые перекресты; особенности периода полового созревания; роль гормонов в этом периоде; сенситивные периоды признаков; особенности полового диморфизма; влияние различных двигательных режимов на темпы онтогенеза; влияние ранней и повышенной двигательной активности на дефинитивные размеры тела; инволютивные изменения в различных системах организма; особенности долгожительства и акселерации развития. Все полученные знания студент должен грамотно

использовать в своей профессиональной деятельности, чтобы не нанести вред объекту своей деятельности – человеку

Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины Б1.В.06 Возрастная биология человека «*Возрастная биология человека*» базовой части составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПООП ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Отличительной чертой данного курса является изучение биологии человека, включая те адаптационные механизмы, которые работают на отдельных этапах онтогенеза и в различных экстремальных режимах функционирования. В связи с этим курс позволяет вооружить специалиста в области адаптивной физической деятельности пониманием механизмов взаимодействия «человек-природа» и представлением о генетических и средовых зависимостях в строении и функционировании человека на разных этапах его онтогенетического развития. Освоение курса способствует эффективному и бережному использованию физических нагрузок для рекреационных целей, а также для предупреждения предпатологических состояний опорно-двигательного аппарата.

В системе профессиональной подготовки дисциплина, являясь фундаментальной, обеспечивая базу для дисциплин медико-биологического профиля и для спортивно-практических дисциплин.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний			
ПК-4.1	Знает: - общие биологические закономерности функционирования организма человека на этапах онтогенеза человека, факторы роста и развития	3		5
ПК-4.2	Умеет: - проводить сравнительную диагностическую работу для оценки возможных отклонений от нормы в физическом и психическом состоянии здоровья; - вносить коррективы в морфофункциональное состояние для лиц с особенностями состояния здоровья с учетом различных нозологических форм, а также с учетом их возрастных и гендерных характеристик.	3		5
ПК-4.3	Имеет опыт использования: - методов оценки физического развития исследуемого контингента; - методов оценки биологического возраста; - методов сравнительной оценки морфологического и функционального состояния для выявления эффективности проводимых восстановительных воздействий	3		5

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Введение в биологическую антропологию		III	4		4		
1.1	Биологическая антропология. Разделы и методы	3	2				
1.2	Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира	3	2		4		
Раздел 2. Возрастная биология человека		III	6	6	12		
2.1	Размножение организмов и эмбриональное развитие	3		2	2		
2.2	Генетика пола	3		2	4		
2.3	Периодизация постнатального онтогенеза человека	3	2				
2.4	Постпубертатный период и старение	3	2		2		
2.5	Биологический возраст	3	2				
2.6	Критерии биологического возраста	3		2	4		
Раздел 3. Конституциональная антропология		III	2	22	52		
3.1	Продольные размеры тела и пропорции	3		4	8		
3.2	Антропометрический метод исследования	3		4	12		
3.3	Морфологические аспекты конституции человека	3		4	10		
3.4	Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций	3		2	4		

3.5	Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма	3		2			
3.6	Психическое и умственное развитие	3		2	4		
3.7	Морфологическая конституция и болезни	3		2	4		
3.8	Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека	3	2		4		
3.9	Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития	3		2	6		
Форма промежуточной аттестации							Зачет
Итого часов: 108			12	28	68		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Введение в биологическую антропологию		5	2		18		
Раздел 2. Возрастная биология человека		5		4	32		
Раздел 3. Конституциональная антропология		5		4	48		
Форма промежуточной аттестации							Зачет
Итого часов: 108			2	8	98		

Разделы и темы, их краткое содержание

Раздел 1. Введение в биологическую антропологию

Раздел 2. Возрастная биология человека

Раздел 5. Конституциональная антропология

Раздел I Введение в биологическую антропологию

Тема 1.1 Биологическая антропология. Разделы и методы

Лекция – 4 часа

Предмет изучения биологической антропологии. Цели и задачи курса антропологии. Разделы антропологии. Антропометрические и антропоскопические признаки. Классические методы, применяемые в антропологических исследованиях: антропометрический, антропоскопический, гониометрический, дерматоглифический методы. Методы, заимствованные у других наук: биохимический метод, физиологический, эмбриологический, генетический, цитогенетический, гистологический, археологический, рентгенографический и другие методы. Методы и их использование в разных отделах антропологии.

– Эволюционная антропология – антропометрический, генетический и археологический методы.

– Возрастная антропология – антропометрический, гониометрический, антропоскопический (для оценки биологического возраста), биохимический, физиологический методы.

– Конституциональная антропология – антропометрический, антропоскопический (для оценки конституциональных признаков), физиологический, биохимический, дерматоглифический методы.

– Спортивная антропология – антропометрический, гониометрический, антропоскопический, биохимический, физиологический, дерматоглифический, генетический и импедансометрический методы.

– Популяционная генетика – генетический, цитогенетический, антропометрический методы.

– Экологическая антропология – антропометрический метод, физиологически и биохимический.

Самостоятельная работа – 4 часа

Студенты готовят рефераты на темы:

- «Этапы антропогенеза и биосоциальные изменения на каждом этапе»;
- «Культура на каждом этапе антропогенеза» (образ жизни, находки орудий труда, скульптура, наскальная живопись).

Тема 1.2 Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира

Лекция – 2 часа

Понятия антропогенеза и социогенеза в эволюционной антропологии. Движущие силы антропогенеза. Роль решающего и опережающего факторов. Биосоциальный процесс гоминизации. Прародина человека. Этапы эволюции человека. Основные находки.

Моногенизм. Гипотезы происхождения рас. Полиморфизм современных рас и популяций.

Таксономическое положение человека в системе животного мира. Человек как примат. Симиальная теория антропогенеза. Антропогенез - биосоциальная эволюция человека. Биологическое и социальное в процессе сапиенизации человека. Биологическое и социальное в онтогенезе человека. Продолжительность этапов онтогенеза, основные изменения на разных этапах. Последовательность основных фаз онтогенеза, постепенность, цикличность, гетерохронность, эндогенность. Схемы периодизации онтогенеза, предложенные Гиппократом, А.П.Рославским-Петровским,

М.Рубнером, Н.П.Гундобиным, С.Штрацем, А.В.Нагорным. Схемы периодизации, принятые в педагогике и в возрастной морфологии, физиологии и биохимии. Поэтапное формообразование в ростовом периоде.

Раздел 2 Возрастная биология человека

Тема 2.1 Размножение организмов и эмбриональное развитие

Практическое занятие – 2 часа

Способность к размножению – неотъемлемое свойство живых форм. Классификация способов размножения. Значение полового и вегетативного размножения для сохранения единства вида и его полиморфизма.

Механизм оплодотворения. Оплодотворение у человека. Пронуклеусы. Объединение генетического материала двух половых клеток (гамет). Зигота. Диплоидный набор хромосом. Многократные деления в ходе эмбриогенеза. Этапы эмбриогенеза. Характеристика этапа дробления яйца, гаструляции и органогенеза. Понятия: морула, бластоцель, бластула, бластомеры, бластопор, инвагинация, трехслойная зародышевая структура, эктодерма, мезодерма, энтодерма. Образование тканей, органов и систем органов из каждого зародышевого листка на этапе органогенеза.

Филогенез размножения типа позвоночных. Наружное и внутреннее оплодотворение в разной среде обитания. Строение яйца амниот. Функции скорлупы, хориона, амниона и амниотической жидкости, желточного мешка и аллантоиса. Образование и функции плаценты. Плацентарные животные. Связь онтогенеза и филогенеза – биогенетический закон Геккеля.

Эмбриогенез человека. Пронуклеусы. Морула. Бластоциста. Имплантация. Образование и функции ворсинок трофобласта. Внутренняя клеточная масса и образование амниона и желточного мешка. Образование зародышевого диска. Дифференцировка его клеток на эктодерму и энтодерму. Образование мезодермы. Понятие провизорных органов. Плацента. Пупочный канатик. Роды.

Гипоталамо-гипофизарно-гонадные взаимосвязи. Особенности формирования мужского и женского плода. Гипоталамус – основной орган, регулирующий вегетативные функции, биологические ритмы организма, половую дифференцировку и половое созревание. Формирование ядер в отделах гипоталамуса. Трансформация нервного импульса в гормональную регуляцию. Рецепторы гипоталамуса к половым гормонам. Лимбическая система как модулятор деятельности половых желез. Ингибирующее влияние

гиппокампа на гонадотропную функцию гипоталамуса. Тонический центр гипоталамуса, секретирующий гонадотропные гормоны и релизинг-факторы в мужском и женском организмах. Циклический центр в женском организме. Ферментативная система гипоталамуса, превращающая андрогены в эстрогены. Ранняя дифференциация пола.

Самостоятельная работа 2 - часа

- 1.Зарисовать и описать этапы деления соматических клеток.
- 2.Зарисовать и описать этапы деления половых клеток.

Тема 2.2 Генетика пола

Практическое занятие – 2 часа

Механизмы передачи наследственной информации. Экспрессия генов и пенетрантность. ДНК как носитель наследственной информации. Структура гена. Генетический код. Молекулярные основы наследственности. Современные представления о геноме человека. Этапы митоза и мейоза. Митозом делятся соматические клетки. Они имеют диплоидный набор хромосом. Количество хромосом сохраняется в образующихся дочерних клетках. Половые клетки образуются в результате мейоза. Они имеют гаплоидный набор хромосом. Генетика пола человека. Соматические и половые хромосомы. Хромосомный набор соматических и половых клеток. Хромосомный набор в зиготах. Гомогаметный и гетерогаметный пол. Определение пола по соматическим клеткам. Тельца Барра. Секс-контроль в спорте. Наследование, сцепленное с полом. Признаки, контролируемые половыми хромосомами. Механизм передачи признаков, сцепленных с X- хромосомой. Понятие «носитель».

Самостоятельная работа – 4 часа

Решение задач, предлагаемых преподавателем по генетике пола.

Тема 2.3 Периодизация постнатального онтогенеза человека

Лекция – 2 часа

Понятие онтогенеза. Периоды онтогенеза человека и характеристика каждого периода развития: грудной, раннее детство, первое детство, второе детство, подростковый. Понятия: нейтральное детство, пубертатный период, перипубертатный период. Половые различия в темпах онтогенеза. Признаки полового диморфизма. Возрастно-половые перекресты. Возрастные скачки. Сенситивные периоды признаков, изменение роли генетических и средовых факторов в эти периоды. Зрелый возраст первый период. Зрелый возраст второй период. Эндогенные и экзогенные факторы в темпах онтогенеза. Гормоны – канал реализации наследственной программы. Гены, расположенные в половых хромосомах и влияющие на реализацию генетической программы. Характер взаимодействия генотипа и среды. Нарушение темпов развития – численная аномалия половых хромосом. Прямая связь соматических размеров и числа гетерохроматизированных добавочных половых хромосом. Периоды онтогенеза человека: юношеский, зрелый возраст I и II периоды, пожилой возраст, старческий и долгожители. Инволютивные изменения при старении в разных системах организма. Сочетание генетических и средовых факторов. Наследственная обусловленность темпов онтогенеза и старения. Стресс ускоряет процессы старения. Видовая продолжительность жизни. Долгожительство. Закономерности роста и развития человека: эндогенность, цикличность, необратимость, периодичность и синхронность. Факторы роста и развития: эндогенные и экзогенные. Поэтапное включение гормонов в процессы роста и созревания организма человека. Гипоталамо-гипофизарная система. Тропные гормоны. Зависимость темпов развития и морфологических признаков от экзогенных факторов. Факторы урбанизации, негативные экологические факторы, географические, климатические и сезонные факторы. Солнечная инсоляция. Половые различия в реакции на экзогенные факторы. Гетерозис.

Тема 2.4 Постпубертатный период и старение

Лекция – 2 часа

Юношеский возраст. Созревание репродуктивной функции. Достижение дефинитивных величин морфологических и функциональных признаков. Зрелый возраст первый период – стабильная фаза развития человека. Зрелый возраст второй период: изменение ростовых и функциональных показателей, увеличение массы тела. «Физиологическая норма» как ориентир при оценке биологического возраста в старческом периоде. Популяционные особенности постпубертатного периода. Старение организма – процесс инволютивных изменений со снижением адаптивных возможностей и жизнеспособности человека. Морфологические, физиологические и биохимические показатели проявления. Снижение интеллектуальных способностей и умственной работоспособности. Индивидуальные особенности сохранения психической деятельности и ясности мышления до глубокой старости. Особенности процесса старения:

гетерохронность, гетерокинетичность, разнонаправленность. «Демографическая старость». Определения биологического возраста в периоде старения, его критерии, предлагаемые геронтологами. Механизмы торможения старения. Старение на генетическом, клеточном и организменном уровнях. Социальные факторы. Продолжительность жизни индивидуальная и популяционная. Долгожительские генотипы и долгожительские популяции. Общая тенденция удлинения репродуктивного периода и жизненного цикла.

Самостоятельная работа – 2 часа

Механизмы старения организма. Стресс как основа старения организма. Общая тенденция удлинения репродуктивного периода и жизненного цикла.

Тема 2.5. Биологический возраст

Лекция – 2 часа

Понятие биологического возраста. Гомеостаз организма как сохранение постоянства в развивающихся системах и способность к самостабилизации. Соотношение биологического и паспортного возрастов. Темпы онтогенеза: средний, замедленный и ускоренный. Балловая и количественная оценка темпов онтогенеза. Степень соотношения биологического и паспортного

возрастов. Критерии биологического возраста: скелетный возраст, зубной возраст, половое развитие, общее соматическое; физиолого-биохимические критерии. Информативность показателей гормональных индексов: тестостерон/кортизол, тестостерон/эстрадиол, тестостерон/СТГ. Психическое развитие и биологический возраст. Показатели стабильной стадии онтогенеза (20-25 лет) для оценки биологического возраста. Акселерация. Проявление акселерации в разных системах организма. Морфологическая конституция как генетический маркер темпов развития ребенка. Проявление акселерации в различных популяционных группах. Экологический градиент «город – село». Влияние ранней спортивной специализации на биологический возраст.

Понятия: частная акселерация и секулярный тренд. Причины акселерации и старения. Долгожительские генотипы и долгожительские популяции. Секулярный тренд. Секулярный тренд и удлинение репродуктивного периода, увеличение продолжительности жизни, укрупнение размеров тела, темпов полового созревания и перестройки структуры заболеваемости. Влияние социально-экономических условий, экологических и природных факторов, солнечной активности. Дисгармоничность в созревании разных систем при акселерации – «синдром напряжения». Соотношение темпов созревания морфологических и психологических признаков организма.

Тема 2.6 Критерии биологического возраста

Практическое занятие – 2 часа

Понятия биологического и паспортного возраста. Критерии оценки биологического возраста. Костный возраст или костная зрелость. Оценка по рентгенограммам количеств центров окостенения, последовательности появления этих центров и степени их зрелости. Сравнение со стандартными таблицами данного возраста пола и этнической принадлежности. Зубной возраст или зубная зрелость. Оценивается по количеству прорезавшихся или сменявшихся зубов и последовательности прорезывания (смены). Полученные результаты сравниваются со стандартными значениями. Степень развития вторичных половых признаков. «Половая формула». Набухание грудных желез

– Ма (сосков у мальчиков), обволошение в подмышечных впадинах –Ах и на лобке –Р. Появление у мальчиков кадыка, ломка голоса, обволошение на теле и лице, увеличение ширины плеч и т.д. У девочек появляются первые менструации (МЕ), расширяются бедра, округляются формы и т.д. Балловая и количественная оценка темпов онтогенеза. Влияние ранней спортивной специализации на биологический возраст.

Самостоятельная работа – 4 часа

Дисгармоничность в созревании разных систем при акселерации – «синдром напряжения».

Раздел 3 Конституциональная антропология

Тема 3.1 Продольные размеры тела и пропорции

Практическое занятие – 4 часа

Студенты знакомятся с понятиями продольных размеров тела и с возможностями их вычисления по формулам: длина корпуса, туловища, руки, плеча, предплечья, кисти, ноги, бедра и голени. Длина тела не высчитывается – это измеренная высота над полом верхушечной точки.

Преподаватель знакомит студентов с понятием пропорций тела человека. Пропорции Homo sapiens: нижние конечности длиннее верхних, проксимальный отдел конечностей длиннее дистального (плечо длиннее предплечья, предплечье длиннее кисти; бедро длиннее голени, голень длиннее стопы) ширина плеч больше ширины таза. Увеличение величины признаков за ростовой период. Зависимость пропорций от генетического и средового факторов. Половой диморфизм. Половые различия в темпах онтогенеза. Расовые, этнические, популяционные и индивидуальные различия в пропорциях тела. Географический фактор.

Возрастные изменения пропорций. Градиент роста. Изменение с возрастом направления градиента роста. Изодинамия и гетеродинамия.

Методы оценки пропорций тела. Метод индексов. Индексы “школьной зрелости”. “Филиппинский тест”. Индекс скелии Мануврия. Метод П.Н.Башкирова. Классификация пропорций тела по П.Н.Башкирову:

долихоморфный, мезоморфный и брахиморфный типы. Долихоморфный тип – относительно (в процентах к длине тела) более длинные конечности, короткое туловище, узкие плечи и таз. Брахиморфный тип имеет противоположную морфологическую характеристику: относительно (в процентах к длине тела) более короткие конечности, длинное туловище, широкие плечи и таз. Мезоморфный тип пропорций занимает промежуточное положение.

Самостоятельная работа – 8 часа

Расчетные работы:

- а) вычисление продольных размеров тела;
- б) вычисление компонентов массы тела;
- в) оценка пропорций тела по методу скелетной Мануври и по методу П.Н.Башкирова.

Тема 3.2 Антропометрический метод исследования

Практическое занятие – 4 часа

Антропометрический метод исследования – основной метод, используемый специалистами при изучении биологии человека.

Студенты изучают правила измерения антропометром и проводят антропометрические измерения. Измеряются:

- высота антропометрических точек над полом – антропометром;
- диаметры тела – большим толстотным циркулем (или тазомером);
- диаметры дистальных эпифизов плеча, предплечья, бедра и голени – скользящим циркулем (или штангенциркулем);
- обхватные размеры тела – сантиметровой лентой;
- кожно-жировые складки – калипер-циркулем.

Студенты овладевают антропометрическим методом и методами вычисления продольных размеров тела, пропорций тела, состава тела (компонентов массы тела) и уровня физического развития.

1. Вычисляют продольные размеры тела:

- длина тела;
- длина корпуса;

- длина верхнего отрезка;
- длина корпуса;
- длина туловища;
- длина руки;
- длина плеча;
- длина предплечья;
- длина кисти;
- длина ноги;
- длина бедра;
- длина голени.

2. Вычисляют пропорции тела (соотношения размеров тела), методом скелии Мануврие, методом П.Н. Башкирова (долихоморфный, мезоморфный и брахиморфный типы пропорций тела), а затем проводят сравнительный анализ, выявляя внутригрупповые различия.

3. Вычисляют компоненты массы тела.

4. Проводят оценку физического развития с помощью построения «Антропометрического профиля».

Самостоятельная работа – 12 часа

Понятие «физическое развитие». Студенты вычисляют сигмальные отклонения (+1 сигма, –1 сигма) от средних значений (М), представленных в таблицах. Таблицы составлены с учетом видов спорта, пола и ростовых групп. Оцениваются следующие показатели: длины и массы тела, обхвата груди; ширины плеч и таза; длины руки и ноги, плеча и бедра; обхватов плеча и бедра; показателей кистевой динамометрии. Сигмальные отклонения каждого признака отмечаются на графике и оцениваются по следующим градациям: физическое развитие высокое (от М +2 сигмы до М +3 сигмы), физическое развитие выше среднего (от М +1 сигма до М +2 сигмы), физическое развитие среднее (от М +1 сигма до М –1 сигма), физическое развитие ниже среднего (от М –1 сигма до М –2 сигмы), физическое развитие низкое (от М –2 сигмы до М –3 сигмы). Отмеченные на графике сигмальные отклонения признаков,

соединяются прямыми линиями, и по большинству признаков выносятся общая оценка физического развития. Затем студенты проводят сравнительный внутригрупповой анализ.

На основе проведенных измерений студенты вычисляют поверхность тела по методу Изакона и компоненты массы тела по методу Матейки. Для вычисления поверхности тела используются измерения длины тела, измеренной антропометром и массы тела. Вычисляется абсолютное значение жирового компонента, для чего используются измерения кожно-жировых складок, поверхность тела и константа 1,3. Для подсчета абсолютного значения мышечного компонента измерялись обхватные размеры сегментов конечностей и кожно-жировые складки на этих сегментах, а также длина тела и применяется константа 6,5. Для вычисления абсолютного значения костного компонента измерялись диаметры дистальных эпифизов, длина тела и используется константа 1,2. Относительные значения каждого компонента высчитываются в процентах, путем деления абсолютного значения компонента на массу тела. Использование абсолютных значений компонентов массы тела для индивидуальных динамических наблюдений. Процентный состав тела (относительные значения компонентов) необходим для внутригрупповых исследований, в том числе в разных спортивных специализациях, и межгрупповых. Знакомство с методом биоимпедансометрии.

Тема 3.3 Морфологические аспекты конституции человека

Практическое занятие – 4 часа

Понятие о конституции человека. Частные или парциальные конституции. Принцип построения разных конституциональных схем.

Координаты телосложения: долихо-брахиморфная и по компонентам тела. Конституциональные схемы: Кречмера, Сиго, Черноруцкого, Шевкуненко.

Связь конституции с различными заболеваниями: предрасположенность к конкретным заболеваниям. Конституция как генетический маркер темпов онтогенеза. Близнецовые исследования.

Оценка конституции по визуальным признакам. Конституциональные признаки: форма грудной клетки (угол Шарпи), форма спины и живота; развитие жировоголожения, мускулатуры и массивности скелета. Взаимосвязь конституциональных признаков. Форма ног – маркер оценки типа конституции.

Оценка конституции детей и подростков по схеме Штефко-Островского. Смешанные типы. Темпы онтогенеза у разных конституциональных типов.

Оценка конституции мужчин по 2-й схеме В.В. Бунака.

Оценка конституции женщин по схеме Галанта.

Принцип оценки соматотипа по схеме Шелдона и Хит – Картера.

Самостоятельная работа – 10 часа

Построение индивидуального антропометрического профиля по измеренным показателям.

Тема 3.4 Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций

Практическое занятие – 2 часа

Роль центральной нервной системы в регуляции биохимических процессов в организме. Тип высшей нервной деятельности, психическая индивидуальность и биохимическая индивидуальность. Сочетание физического развития, типа телосложения, внешности с психикой и поведением в работах американского психолога Джона Клозена. Поведение акселерированных и ретардированных детей. Конституция как трехгранная пирамида по Н.Пенде. Генотип – основа пирамиды. Влияние гормонов на метаболизм и соответственно тип телосложения, психическую конституцию. Эндокринная конституция и индивидуальные черты психики. Мозг человека – продуцент нейрогормонов (рилизинг-факторов). Влияние на память и эмоции. Половой диморфизм в психологических характеристиках поведения. Связь гормонального статуса человека с индивидуально-психологическими особенностями. Проявление нейроэндокринных связей в патологии – работы А.И.Белкина. Роль половых гормонов на особенности психики у больных с переменой пола. Конституциональные схемы Э.Кречмера и У.Шелдона,

учитывающие типы темперамента. Генетическая детерминанта в соответствии психических характеристик двум противоположным морфологическим типам (лепто-пикноморфная координата) в теории типов К.Конрада. Подтверждение сопряженности морфологических, функциональных и психологических характеристик в патологии. Восприятие окружающими морфологических особенностей акселерированных и ретардированных типов детей для формирования личностных качеств детей. Сочетание морфологических, физиологических, биохимических и психофизиологических (психологических) критериев при оценке морфологической зрелости.

Самостоятельная работа – 4 часа

Схемы оценки психологических типов конституции.

Тема 3.5 Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма

Практическое занятие – 2 часа

Активная роль физиологических и биохимических процессов в возрастных преобразованиях морфологической организации человека. Возрастная динамика функциональных показателей: повышение с возрастом (АД, ЖЕЛ), понижение с возрастом (основной обмен, тироксин, температура ротовой полости) и сложная динамика изменений (гормоны). Относительная стабилизация с возрастом (20-49 лет). Высокая межиндивидуальная изменчивость функциональных показателей. Половой диморфизм возрастной динамики. Связь половых гормонов с первичными и вторичными половыми признаками, половым поведением, с обменом веществ и морфогенезом, увеличением размеров тела, изменением пропорций тела и составом тела, развитием мускулатуры у мужчин и жировотложения у женщин, повышением гемоглобина и эритроцитов у мужчин, повышением анаболического влияния на синтез белка в костной и мышечной тканях. Циклические изменения функциональных показателей у женщин. Гормональная подготовка пубертатных скачков. Пики выделения СТГ, тестостерона, соматомединов, кортизола, инсулина, тироксина. Периоды их совместного воздействия и

проявление антагонизма в определении ростовых и анаболических процессов. Завершение линейного роста, созревание репродуктивной функции и гормональные перестройки при ее завершении (менопауза и андропауза). Взаимосвязь биохимических показателей с типом телосложения. Популяционный аспект в возрастной изменчивости признаков.

Тема 3.6 Психическое и умственное развитие

Практическое занятие – 2 часа

Формирование психических процессов в онтогенезе человека. Биологическая детерминанта американского психолога Арнольда Гезела в формировании психо-эмоционального созревания. Уравновешенность – 10лет; перестройка – 11лет; позитивная разумность и терпимость – 12лет; чувствительность и самокритичность – 13лет; энергичность и общительность – 14лет; начало сознательного самовоспитания, ранимость – 15лет; жизнерадостность, эмоциональная уравновешенность – 16лет. Разграничение биологического и культурного созревания в работах Шарлотты Бюлер. Две фазы переходного периода: негативная и позитивная. Возрастно-половые пределы фаз. Влияние окружающей среды на формирование личности в работах Курта Левина. Восемь фаз жизненного цикла в работах Эрика Эриксона. Сочетание соматического развития, сознания и социального развития. Теории моделей индивидуального развития. Гетерохронность индивидуального формирования зрелости (сроков биологического и психического созревания). Определение психического возраста, многообразие индикаторов определения. Стадиальный подход к развитию интеллекта в работах швейцарского психолога Жана Пиаже. Применение психологических тестов для оценки умственного развития, индекс интеллекта (IQ). Учет национальных, социальных и профессиональных особенностей культуры при тестировании.

Самостоятельная работа – 4 часа

Взаимоотношения типов телосложения и предрасположенности к определенным заболеваниям.

Тема 3.7 Морфологическая конституция и болезни

Практическое занятие – 2 часа

Взаимоотношения типов телосложения и предрасположенности к определенным заболеваниям. Диагностическое и прогностическое значение конституциональной типологии. Предрасположенность лептосомных конституций к заболеванию туберкулезом, увеличенному неврозу, гастриту, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, вегетативной дистонии и гипотонии и т.д. Избыточная масса тела, ожирение и топография подкожного жиротложения (в верхней части туловища) как факторы риска сахарного диабета, атеросклероза, гипертонии, подагры. Дети дигестивного типа, их предрасположенность к хроническому тонзиллиту, аллергии, заболеваниям кожи, гипертонии и склонности к гипертрофии лимфатической ткани. Связь психических заболеваний (шизофрения, маниакально-депрессивный психоз, паранойя; истерия, депрессия, симптомы тревоги и страха) с телосложением. Конституция и патология: гипергонадизм, гипогонадизм, синдром Шерешевского-Тернера (ХО), синдром Клайнфельтера (ХХУ), синдром трисомии Х (ХХХ), синдром 47 (ХУУ), карликовый нанизм и гигантизм.

Тема 3.8 Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека

Лекция – 2 часа

Общая характеристика среды обитания. Факторы естественной и искусственной среды. Концепция целостности в восприятии человека и окружающего его мира. Общие законы для живой и неживой природы.

Выяснение форм изменчивости индивида под воздействием факторов среды. Учет возрастно-половой, конституциональной и этнической принадлежности. Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Гипотеза «конфликта организма со средой».

Понятия адаптации и акклиматизации. Биологический аспект адаптации: исторический и онтогенетический. Морфологические и физиолого-биохимические параметры адаптации организма человека. Экологические особенности конституции человека. Географические различия адаптивных

сообществ. Классические экологические правила Бергмана и Аллена применительно к популяциям человека.

Адаптивные типы: арктический, тропический, аридный, высокогорный. Эколого-морфологические закономерности. Фактор холодового стресса и структурные особенности организма человека.

Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Конфликт организма со средой. «Экологическая дифференциация пола» как степень полового диморфизма в разных климатогеографических зонах.

Человеческий фактор и его оценка с разных позиций: трудовой деятельности, профессиональной и спортивной. Морфологические аспекты адаптации организма. Работы П.Ф.Лесгафта по структурно-функциональным зависимостям. Разграничение биологических и социальных аспектов в морфологических проявлениях адаптации. Противоречия этих аспектов.

Стратегия адаптации с учетом длительности приспособления организма и надежности возникающих при этом механизмов. Проблема сохранения здоровья на фоне высоких спортивных достижений.

Самостоятельная работа – 4 часов

Тема 3.9 Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития

Практическое занятие – 2 часа

На заключительном занятии студенты обсуждают особенности морфологического строения человека и те филогенетические изменения, которые можно наблюдать на современном этапе. Биологическая организация человека полностью не завершена на современном этапе. Эволюционные тенденции редуционных изменений в скелете (ослабление массивности костяка, уменьшение массы компактного вещества кости на единицу длины тела, грацилизация челюстного аппарата, уменьшение размера зубов, редукция зубов мудрости, укорочение туловища, уменьшение латеральных пальцев стопы; увеличение репродуктивного периода). Замедление редуционных

явлений случайными мутациями. Увеличение масса мозга и длины тела. Связь эпохальных колебаний длины тела и массивности костей с изменениями интенсивности геомагнитного поля Земли. Ограничивающие рамки стабилизирующего отбора в изменении генофонда популяции. Дизруптивный отбор и полиморфизм популяции. Приспособленность популяции к изменениям условий среды. «Адаптивные типы» современного человека. Адаптация к экстремальным климатическим зонам (субарктической и субэкваториальной). Отбор наиболее приспособленных генотипов. Панмиксные популяции и сохранение «генетического гомеостаза» генофонда (ограничение проявлений результатов вредных мутаций, миграций и изоляции). Разновременные и разнонаправленные колебания структурных характеристик в пределах видового комплекса. Наблюдаемые эпохальные колебания как основа для эволюционных изменений.

Самостоятельная работа – 6 часов

Подготовка к тестовому контролю.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Вопросы для зачета

1. Этапы эволюции человека. Механизмы сапиенизации.
2. Почему у современного человека и современных человекообразных обезьян много общих признаков.
3. Периодизация онтогенеза человека.
4. Понятие пренатального онтогенеза. Этапы. Половые особенности.
5. Нейрогуморальная регуляция в дифференциации пола.

6. Периоды постнатального онтогенеза.
 7. Факторы, регулирующие темпы онтогенеза.
 8. Эндогенные факторы роста и развития.
 9. Экзогенные факторы, ускоряющие и замедляющие темпы онтогенеза.
 10. Темпы онтогенеза и аномалии развития.
 11. Перипубертатный период – период активного роста.
 12. Гормональная подготовка пубертатного периода.
 13. Участие гормонов в пубертатном скачке роста и в обменных процессах организма.
 14. Признаки полового диморфизма. Их связь с половыми гормонами. Морфологические проявления нарушений в соотношении гормонов.
 15. Характеристика юношеского периода и зрелого возраста.
 16. Особенности старения организма и долгожительство.
 17. Понятие биологического возраста. Критерии биологического возраста.
 18. Темпы онтогенеза и морфологическая конституция.
 19. Секулярный тренд и его проявления. Частная акселерация и факторы ее вызывающие.
 20. Возрастная динамика функциональных показателей.
 21. Функциональные особенности андрогенов и эстрогенов. Их взаимосвязи с соматическим развитием мужского и женского организмов.
 22. Связь гормонов с ростовыми и анаболическими процессами, а также с репродуктивной функцией.
 23. Ростовые скачки в выделении гормонов. Менопауза и андропауза.
 24. Этапы формирования психических функций в онтогенезе человека.
- Применение психологических тестов.
25. Понятие морфологической конституции. Принципы построения различных конституциональных схем.
 26. Критерии оценки морфологической зрелости.
 27. Конституция человека и патология.

28. Конституция человека и предрасположенность к различным заболеваниям.

29. Связь психических заболеваний с телосложением.

30. Тенденции эволюционных изменений в строении тела человека и темпах его онтогенеза на современном этапе развития.

Самостоятельная работа

А) Примерная тематика рефератов

1. «Этапы антропогенеза и биосоциальные изменения на каждом этапе»
2. «Культура на каждом этапе антропогенеза»
3. «Гормональное участие в пубертатном периоде»

Б) Измерительные и расчетно-графические работы

1. Антропометрические измерения
2. Вычисление продольных размеров тела
3. Вычисление поверхности и состава тела: мышечного, костного и жирового компонентов
4. Оценка пропорций тела
5. Построение «Антропометрического профиля физического развития»
6. Оценка типа конституции
7. Оформление результатов измерений в «Карту антропометрического обследования»

В) Контрольная работа

1. Генетика пола

Г) Выступление на семинаре

Эмбриональное развитие. Этапы эмбриогенеза

Д) Подготовка доклада

1. Антропологический метод исследования морфофункциональных показателей на этапах онтогенеза
2. Дерматоглифический метод оценки генетических нарушений

Тесты для самостоятельной работы студентов по темам курса

1. Современная антропология изучает вопросы

- 1) исторического прошлого человечества по вещественным источникам
- 2) адаптации к физическим нагрузкам
- 3) становления и развития общества
- 4) происхождения и биологической изменчивости человека

2. Эволюция человека – это процесс только

- 1) биологический
- 2) исторический
- 3) социальный
- 4) биосоциальный

3. «Антропос» в переводе с греческого означает

- 1) человек
- 2) индивид
- 3) общество
- 4) примат

4. Немецкий антрополог Рудольф Мартин создал методику

- 1) динамометрии
- 2) краниометрии
- 3) антропометрии
- 4) гониометрии

5. Соматология изучает

- 1) строение человеческого тела в целом
- 2) культуру человека
- 3) вариации роста зубов
- 4) этапы эмбриогенеза человека

6. Морфология человека - это раздел антропологии, изучающий

- 1) физическое развитие человека
- 2) генетику человека
- 3) эволюцию человека

4) этнографию

7. Основные проблемы гендерной антропологии заключаются в изучении

1) морфологических и физиологических аспектов пола

2) становления гражданского общества

3) адаптивных типов

4) популяционных различий у людей

8. Этнология изучает

1) строение органов

2) рост костей

3) культуру

4) сенситивные периоды

9. Мезозойская эра была

1) 100 млн лет назад

2) 200 млн лет назад

3) 300 млн лет назад

4) 400 млн лет назад

10. Антропогенез рассматривает

1) происхождение и эволюцию человека

2) онтогенез человека

3) формирование рас

4) популяционные особенности

11. Биологическая антропология включает следующие разделы

1) морфология человека, социология

2) антропогенез, эвристика

3) морфология человека, антропогенез

4) морфология человека, аксиология

12. Вид HOMO SAPIENS относится к отряду

1) широконосых

2) приматов

- 3) панголин
- 4) неполнозубых

13. Вид HOMO SAPIENS относится к типу

- 1) позвоночных
- 2) черепных
- 3) хордовых
- 4) прямоходящие

14. Мустьерская культура относится к

- 1) верхнему палеолиту
- 2) среднему палеолиту
- 3) нижнему палеолиту
- 4) мезолиту

15. Время появления вида HOMO SAPIENS

- 1) каменноугольный период
- 2) девонский период
- 3) эпоха плейстоцена
- 4) эпоха голоцена

16. Мустьерская культура характерна для

- 1) австралопитеков
- 2) кроманьонцев
- 3) неандертальцев
- 4) питекантропов

17. «Человек умелый» на латинском языке

- 1) Homo habilis
- 2) Homo erectus
- 3) Homo sapiens
- 4) Homo neanderthalensis

18. Вид HOMO SAPIENS относится к

- 1) широконосые обезьяны
- 2) узконосы обезьяны

- 3) костистым обезьянам
- 4) цепкохвостым обезьянам

19. Наибольшая степень морфологического сходства определяется между человеком и

- 1) гориллой
- 2) гиббоном
- 3) шимпанзе
- 4) орангутаном

20. У шимпанзе позвоночный столб имеет ... изгибов

- 1) один
- 2) два
- 3) три
- 4) четыре

21. Олдувайская культура связана с изготовлением

- 1) каменных рубил
- 2) изделий из гальки со сколами
- 3) наконечников стрел
- 4) изделий из кости

22. Прародиной человечества считается

- 1) Юго-Восточная Африка
- 2) Северная Африка
- 3) Западная Европа
- 4) Средняя Азия

23. Изготовление чопперов характерно для

- 1) Олдувайской культуры
- 2) каменной культуры Мустье
- 3) Ориньякской культуры
- 4) Мадленской культуры

24. Первые прямоходящие предки человека

- 1) дриопитеки

- 2) питекантропы
- 3) австралопитеки
- 4) рамапитеки

25. Олдувайская культура была открыта

- 1) Г. Хеберером
- 2) М. и Л. Лики
- 3) Я.Я. Рогинским
- 4) Ф. Вейденрейхом

26. Индивидуальное развитие называется

- 1) филогенез
- 2) антропогенез
- 3) онтогенез
- 4) фетогенез

27. Первый возрастно-ростовой перекрест происходит в

- 1) первый год жизни
- 2) 8-10 лет
- 3) 13-15 лет
- 4) 18-20 лет

28. Ауксология изучает особенности человека

- 1) этнические
- 2) одонтологические
- 3) возрастные
- 4) психологические

29. Активная скорость линейного роста нижних конечностей продолжается до

- 1) 8-10 лет
- 2) 11-12 лет
- 3) 14-15 лет
- 4) 16-17лет

30. Нейтральное детство - это период онтогенеза человека

- 1) между первым и вторым детством
- 2) между пубертатным периодом и юношеским
- 3) не имеющий половых различий
- 4) не имеющий активных скоростей роста

31. Первый период зрелого возраста у мужчин продолжается в

- 1) 17-21год
- 2) 22-35лет
- 3) 36-60лет
- 4) 17-35лет

32. Замена молочных зубов на постоянные зубы и появление новых зубов происходит в интервале

- 1) 10-12 лет
- 2) 3-4 лет
- 3) 6-14 лет
- 4) 15-20 лет

33. Молочные зубы при среднем темпе онтогенеза появляются в

- 1) 4 месяца
- 2) 6 месяцев
- 3) 11 месяцев
- 4) 12 месяцев

34. Эпохальные колебания темпов развития называются

- 1) скачок роста
- 2) дефинитивные колебания
- 3) эволюционный тренд
- 4) секулярный тренд

35. Период полового созревания называется периодом

- 1) дефинитивным
- 2) инволютивным
- 3) пубертатным
- 4) нейтральным

36. Формулы для определения компонентов массы тела разработал

- 1) Э. Кречмер
- 2) В.В. Бунак
- 3) Я. Матейка
- 4) М.В. Черноруцкий

37. По схеме соматотипирования Хит-Картера оценивается

- 1) астеническая компонента
- 2) нормостеническая составляющая
- 3) жировой компонент
- 4) эктоморфия

38. П.Н. Башкиров предлагает выделять тип пропорций

- 1) брахиморфный
- 2) нормостенический
- 3) пикнический
- 4) брюшной

39. К типам конституции женщин по схеме Галанта относится тип

- 1) стенопластический
- 2) мускульный
- 3) мезоморфный
- 4) грудной

40. Черноруцкий предложил выделять тип

- 1) мускульный
- 2) брюшной
- 3) грудной
- 4) нормостенический

42. По конституциональной схеме Штефко–Островского выделяется

тип

- 1) гиперстенический
- 2) пикнический
- 3) торакальный

4) брюшной

43. Характеристика эндо-, экто- и мезоморфии оценивается в схеме

1) В.Б. Штефко - А.Д. Островского

2) У. Шелдона

3) В.В. Бунака

4) И.Б. Галанта

44. Использование индексов применяется в схеме соматотипирования

1) Черноруцкого

2) Хит-Картера

3) Бунака

4) Гиппократ

45. Калипер используется для измерения

1) кожно-жировых складок

2) ширины плеч

3) диаметров дистальных эпифизов

4) продольных размеров тела

51. Избыточная масса тела наблюдается при индексе Кетле выше

1) 24,9 кг/м²

2) 18,5 кг/м²

3) 30 кг/м²

4) 26 кг/м²

46. Для вычисления костного компонента в составе массы тела необходимо измерить

1) ширину таза

2) обхваты конечностей

3) диаметры дистальных эпифизов

4) поперечный диаметр грудной клетки

47. Выберите исследователя, предложившего формулу для вычисления поверхности тела

1) У. Шелдон

- 2) В.В. Бунака
- 3) Я. Матейка
- 4) Ф. Изаксон

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Самусев, Р. П. Возрастная морфология (Ч. I) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. В. Зубарева, Е. С. Рудаскова, Р. П. Самусев. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 177 с.: ил. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/233128.info>
2. Спортивная морфология [Электронный ресурс] : учеб. пособие [для студентов вузов] : направление 44.04.01 "Педагогическое образование", направленность "Физкультурное образование" / М. А. Попова, А. Э. Щербакова, А. Ю. Дронь, Р. М. Сафин, И. В. Мыльченко. – Сургут : РИО СурГПУ, 2016. – 133 с. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/670831.info>
3. Антропология : учебно-методический комплекс : [16+] / сост. Б. Х. Панеш. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 376 с. : табл. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446516>
4. Биология человека : методические указания / Гниломедова Л.П. – Кинель : РИО СамГАУ, 2019. – 48 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=700729>
5. Козлова, М. А. Антропология : учебник и практикум для вузов / М. А. Козлова, А. И. Козлов. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 319 с. – (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/512349>

б) Дополнительная литература:

1. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, М.С. Рожков. — Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. — 136 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/64098.info>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://lms.sportedu.ru/course/view.php?id=51>
2. Федеральный портал «Российское образование» <https://edu.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)
2. [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
3. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru <http://elibrary.ru/>
4. Фонд знаний «Ломоносов»
<http://www.lomonosov-fund.ru/enc/ru/encyclopedia>
5. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
6. Большая Медицинская Энциклопедия (<https://xn--90aw5c.xn--c1avg/>)
7. Медицинская энциклопедия (https://gufo.me/dict/medical_encyclopedia?)
8. Электронная библиотечная система «Консультант студента» (<https://www.studentlibrary.ru>)
9. [МедУнивер - MedUniver.com](https://meduniver.com) (<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>)
10. База знаний по биологии человека (<http://humbio.ru>)
11. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>
12. Спортивная медицина – электронные медицинские книги (<https://www.sportmedicine.ru/books.php>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Анатомия и физиология – Медицинская библиотека (<http://www.nedug.ru/library>)
3. Академик (Словари и энциклопедии на академике)
https://anatomy_atlas.academic.ru/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийные классы, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2 Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской

3 Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4 Секционные залы (учебные аудитории) для проведения практических занятий с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, набором таблиц, муляжей, барельефов.

5 Анатомический музей, включающий натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты для проведения занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и персональным компьютером с выходом в сеть Internet.

6 Гистологическая лаборатория с микроскопами и гистологическими препаратами.

7. Компьютерный класс с персональными компьютерами с программным обеспечением, с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

8 Антропологическая лаборатория, включающая анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «ABC-01” Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «ABC-01” Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; плантограф, динамометры, медицинские весы.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Б1.В.06 Возрастная биология человека для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 и 3 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание» очная и заочная формам обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: анатомии и биологической антропологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): очная 3 семестр и заочная форма

5 семестр

Форма промежуточной аттестации: **зачет**.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Закономерности и факторы роста и развития	3 неделя	5
2	Эмбриональный период	4 неделя	10
3	Периодизация онтогенеза человека	6 неделя	15
4	Биологический возраст и критерии его оценки	7неделя	10
5	Конституциональная биология. Методы исследования пропорций тела и морфологической конституции	8 неделя	20
6	Физическое развитие человека и методы его оценки	10 неделя	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Генетика пола»	5
2	Выступление на семинаре «Эмбриональное развитие. Этапы эмбриогенеза »	10
3	Подготовка доклада «Антропологический метод исследования	10

	<i>морфофункциональных показателей на этапах онтогенеза»</i>	
4	<i>Написание реферата по теме «Гормональное участие в пубертатном периоде»</i>	15
5	<i>Презентация по теме «Дерматоглифический метод оценки генетических нарушений»</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра анатомии и биологической антропологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.06 Возрастная биология человека»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): очная форма 3 семестр и заочная форма 5 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Данная программа имеет своей целью формирование у студентов биологического мышления и целостного естественнонаучного мировоззрения. Курс позволяет с помощью комплексного и индивидуального подходов изучить человека, стоящего в центре спортивно-педагогической деятельности студента.

Программа включает вопросы биологической сущности человека, место человека в системе животного мира. Рассмотрение общих биологических закономерностей организации живой природы создает предпосылки для изучения человека как биосоциального феномена, его происхождения и биологической изменчивости во времени и пространстве с учетом экологических, географических, климатических факторов, возрастно-половых особенностей развития, сенситивных периодов на этапах этого развития, отклонений в состоянии здоровья и также с учетом вида физической деятельности.

Основные задачи курса заключаются в изучении общих принципов строения и эволюции органического мира, механизмов адаптации с учётом нормы реакции организма и надёжности его систем, а также с учётом дозы влияния факторов среды обитания на функционирование систем организма. В результате освоения курса студентам необходимо знать закономерности роста и развития человека; характеристику механизмов морфофункциональных связей на разных этапах онтогенеза; влияние факторов среды на этих этапах; пубертатные скачки роста и возрастно-половые перекресты; особенности периода полового созревания; роль гормонов в этом периоде; сенситивные периоды признаков; особенности полового диморфизма; влияние различных двигательных режимов на темпы онтогенеза; влияние ранней и повышенной двигательной активности на дефинитивные размеры тела; инволютивные

изменения в различных системах организма; особенности долгожительства и акселерации развития. Все полученные знания студент должен грамотно использовать в своей профессиональной деятельности, чтобы не нанести вред объекту своей деятельности – человеку.

Программа реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний			
ПК-4.1	Знает: - общие биологические закономерности функционирования организма человека на этапах онтогенеза человека, факторы роста и развития	3		5
ПК-4.2	Умеет: - проводить сравнительную диагностическую работу для оценки возможных отклонений от нормы в физическом и психическом состоянии здоровья; - вносить коррективы в морфофункциональное состояние для лиц с особенностями состояния здоровья с учетом различных нозологических форм, а также с учетом их возрастных и гендерных характеристик.	3		5
ПК-4.3	Имеет опыт использования: - методов оценки физического развития исследуемого контингента; - методов оценки биологического возраста;	3		5

	- методов сравнительной оценки морфологического и функционального состояния для выявления эффективности проводимых восстановительных воздействий			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Введение в биологическую антропологию		III	4		4		
1.1	Биологическая антропология. Разделы и методы	3	2				
1.2	Биосоциальная эволюция человека. Место человека в системе животного мира	3	2		4		
Раздел 2. Возрастная биология человека		III	6	6	12		
2.1	Размножение организмов и эмбриональное развитие	3		2	2		
2.2	Генетика пола	3		2	4		
2.3	Периодизация постнатального онтогенеза человека	3	2				
2.4	Постпубертатный период и старение	3	2		2		
2.5	Биологический возраст	3	2				
2.6	Критерии биологического возраста	3		2	4		
Раздел 3. Конституциональная антропология		III	2	22	52		

3.1	Продольные размеры тела и пропорции	3		4	8		
3.2	Антропометрический метод исследования	3		4	12		
3.3	Морфологические аспекты конституции человека	3		4	10		
3.4	Взаимосвязь морфологической, функциональной и психической конституций	3		2	4		
3.5	Возрастная взаимосвязь физиологических и биохимических процессов с морфологическими преобразованиями организма	3		2			
3.6	Психическое и умственное развитие	3		2	4		
3.7	Морфологическая конституция и болезни	3		2	4		
3.8	Среда обитания и морфологические аспекты экологии человека	3	2		4		
3.9	Основные особенности онтогенеза человека на современном этапе биосоциального развития	3		2	6		
Форма промежуточной аттестации							Зачет
Итого часов: 108			12	28	68		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1. Введение в биологическую антропологию	5	2		18		
	Раздел 2. Возрастная биология человека	5		4	32		
	Раздел 3. Конституциональная антропология	5		4	48		
	Форма промежуточной аттестации						Зачет
	Итого часов: 108		2	8	98		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, Рекреации Реабилитации, и Фитнеса

Кафедра иностранных языков и лингвистики

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1.В.07 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)**

Направление подготовки/специальность:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая
реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) **Б1.В.07**
ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)

Направление

подготовки/специальность:

**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим
советом Института Гуманитарного
Протокол № 1 от «26» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 4 от « 22 » сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2 от « 07 » сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 35 от « 24 » мая 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 2 от « 06 » сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
обновлена на основании решения заседания кафедры
Иностранных языков и лингвистики
Протокол № 1 от « 03 » сентября 2024 г.

Составитель:

Бабель Татьяна Анатольевна, старший преподаватель кафедры
иностранных языков и лингвистики

1. Цель освоения дисциплины (модуля).

Целью освоения дисциплины (модуля) является:

- повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

2. Место дисциплины (модуля) Б1.В.07 Профессиональный Иностранный язык в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Профессиональный иностранный язык» входит в ЧФУ Блока I ФГОС ВО и является обязательной к изучению.

Курс дисциплины «Профессиональный иностранный язык» проводится в втором и третьем семестрах второго года обучения и базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в процессе обучения иностранному языку в средней школе и на первом курсе.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3	4	
УК-4	УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.	3	3	
	УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.			
	УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.			
	УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на			

	уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность. УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3			2			
2	Тема 1 Спортивная реабилитация	3		5	3			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	Тема 2: Параолимпийские игры	3		5	5			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время							

	The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)						
6	Тема 3. Адаптивное физическое воспитание	3		5	5		
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3					
8	Тема 4. Спортивная травма	3		5	5		
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	3					
10	Домашнее чтение	3		5	10		
11	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	3					
12	(Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	3					
13	Контрольная работа	3		5	12		
	Всего за 3семестр - 72			30	42		Диф. Зачет

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3						
2	Тема 1 Спортивная реабилитация	3		1	10			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	Тема 2: Параолимпийские игры	3		1	10			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)							
6	Тема 3. Адаптивное физическое воспитание	3		1	10			
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3						
8	Тема 4. Спортивная травма	3		1	10			
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные	3						

	предложения)						
10	Домашнее чтение	3			10		
11	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	3					
12	(Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	3					
13	Контрольная работа	3			18		
	Всего за 3семестр - 72			4	68		Диф. Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Содержание экзамена:

1) Изложение одной из тем, изученных в течение семестра:

1. Спортивная реабилитация
2. Параолимпийские игры
3. Адаптивное физическое воспитание
4. Спортивная травма

2) Ответы на вопросы преподавателя и беседа на одну из тем, изученных в течение учебного года.

3). Перевод текста со словарем, объем текста не менее 1200 печатных знаков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а)Основная литература:

Самойлова, И.В. Иностранный язык в сфере профессиональных коммуникаций : учебное пособие / И.В. Самойлова .— Пенза : ПГАУ, 2022 .— 83 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=810127>

б) Дополнительная литература

Хрячкова, Л. А. Иностранный язык профессионального общения (Немецкий язык)=DEUTSCH ALS FACHSPRACHE : учебное пособие : [16+] / Л. А. Хрячкова, М. В. Попова, С. В. Полозова ; науч. ред. Е. А. Чигирин ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 117 с. : ил <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561368>

Иностранный язык профессионального общения (английский язык) : учебное пособие / И. Б. Кошеварова, Е. Н. Мирошниченко, Е. А. Молодых [и др.] ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 141 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=488007>

в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: словари SlovoEd; voice – translator; Engblog.ru; Duolingo, correctenglish.ru.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система \(infosport.ru\)](http://infosport.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система \(fgosvo.ru\)](http://fgosvo.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных \(insportexpo.com\)](http://insportexpo.com)

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **Иностранный язык (профессиональный)**
Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль): Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.
Для очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма аттестации: *диф. зачет*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

3 семестр

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
Выступление на практических занятиях по темам:			
1	Спортивная реабилитация	2-3 неделя	10
2	Параолимпийские игры	3-4 неделя	10
3	Адаптивное физическое воспитание	5-6 неделя	10
4	Спортивная травма	7-8 неделя	10
5	Контрольная работа	7 неделя	10
6	Домашнее чтение	В течение текущего семестра	20
Диф. зачет			30
ИТОГО за 1 год обучения			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Спортивная реабилитация	10
	Параолимпийские игры	10
	Адаптивное физическое воспитание	10
	Спортивная травма	10
2	Контрольные лексико-грамматические задания (тест)	10
4	Домашнее чтение аутентичных текстов по темам семестра (2 текста по 5000 печатных знаков)	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, Рекреации Реабилитации, и Фитнеса

Кафедра иностранных языков и лингвистики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1.В.07 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК
(ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ)**

Направление подготовки/специальность:
**«49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями состояния
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Направленность (профиль): **Лечебная физическая культура, Физическая
реабилитация, Адаптивное физическое воспитание.**

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная, заочная**

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Целью освоения дисциплины (модуля) является: - повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-4	УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка. УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке. УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения. УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность. УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности	3	3

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3			2			
2	Тема 1 Спортивная реабилитация	3		5	3			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	Тема 2: Параолимпийские игры	3		5	5			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время							

	The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)							
6	Тема 3. Адаптивное физическое воспитание	3		5	5			
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3						
8	Тема 4. Спортивная травма	3		5	5			
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные предложения)	3						
10	Домашнее чтение	3		5	10			
11	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	3						
12	(Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	3						
13	Контрольная работа	3		5	12			
	Всего за 3семестр - 72			30	42		Диф. Зачет	

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль		
1	Глагол to be в Present/Past/Future. Указательные местоимения this/that/these/those. Личные и притяжательные местоимения. Вопросительные местоимения. Безличные предложения)	3						
2	Тема 1 Спортивная реабилитация	3		1	10			
3	.(Местоимения some/any/no, many/much, little / few, a little / a few. Количественные и порядковые числительные. Порядковые числительные. Личные местоимения в объектном падеже)	3						
4	Тема 2: Параолимпийские игры	3		1	10			
5	(Настоящее неопределенное время The Present Indefinite Tense. Глагол to have в настоящем времени. Настоящее продолженное время The Present Continuous. Степени сравнения прилагательных)							
6	Тема 3. Адаптивное физическое воспитание	3		1	10			
7	(Правильные и неправильные глаголы. The Past Indefinite Tense. The Present Perfect Tense. Выражение have got.	3						
8	Тема 4. Спортивная травма	3		1	10			
9	(The Future Indefinite Tense. Модальные глаголы can, may, must, have to, needn't. Производные местоимения. Повелительное наклонение. Вопросительно-отрицательные	3						

	предложения)							
10	Домашнее чтение	3			10			
11	The Past Continuous Tense. The Past Perfect Tense. Косвенная речь. Согласование времен	3						
12	(Формы выражения будущего времени. The Present Continuous Tense / be going to. The Future Indefinite Tense. The Future Continuous Tense. The Future Perfect Tense. Придаточные предложения условия и времени.)	3						
13	Контрольная работа	3			18			
	Всего за 3семестр - 72			4	68		Диф. Зачет	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра спортивной медицины

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1. В.08 «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профили): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины **«Общая и специальная гигиена»**
утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № 16 от «16» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № 4 от «17» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № ____ от « ____ » ____ 20 ____ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
спортивной медицины
Протокол № ____ от « ____ » ____ 20 ____ г.

Составитель: Григорьева Ольга Валентиновна – доцент кафедры
спортивной медицины, кандидат педагогических наук, доцент.

1. Цель освоения дисциплины «Общая и специальная гигиена»

Целью освоения дисциплины **«Общая и специальная гигиена»** является: сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены, а также практические умения реализации программ по гигиене адаптивной физической культуре и параолимпийского спорта в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Дисциплина читается на русском языке.

2. Место дисциплины «Общая и специальная гигиена» в структуре ООП (ОПОП) – 2 курс, 3 семестр (очная); 4 курс, 7 семестр заочная форма обучения.

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Дисциплина **«Общая и специальная гигиена»** относится к дисциплинам обязательной части.

Общая и специальная гигиена - это медицинская наука, о сохранении и укреплении здоровья различных групп граждан, основа профилактической медицины. Она изучает влияние различных факторов внешней среды и социальных факторов на здоровье и работоспособность человека. На основании этого разрабатываются мероприятия, направленные на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий существования человека, сохранения здоровья и активного долголетия. приобретение простых навыков по уходу за лицами с ограниченными возможностями (инвалидами) во время тренировочного цикла и в быту,

использование различных гигиенических факторов для увеличения эффективности физических упражнений и занятий спортом.

Данная дисциплина определяет профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся понимания структуры профессионального образования, его составляющих и обеспечивающих систем, а также роли общей и специальной гигиены в системе профессионального образования. В процессе изучения дисциплины, обучающийся овладеет умениями проектирования и реализации образовательных программ в области общей и специальной гигиены в различных типах организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Дисциплина **«Общая и специальная гигиена»** в системе профессионального образования органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: гигиена, валеология, анатомия, спортивная медицина, физиология, педагогика, психология, философия, биология, безопасность жизнедеятельности и др.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных			

	конфликтов.			
УК-8.1	Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.2	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.3	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.4	Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	3 сем.	-	7 сем.

4. Структура и содержание дисциплины «Общая и специальная гигиена»
 Общая трудоемкость дисциплины «Общая и специальная гигиена» составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения – 3 семестр.

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	3	2	-	2	-	
2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	3	2	2	2	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	3	2	2	4	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	3	-	-	4	-	
5	Закаливание.	3	2	-	4	-	
6	Вредные привычки –	3	2	-	4	-	

	разрушители здоровья.						
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
9	Рациональное питание.	3	-	2	2	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	3	-	2	4	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	3	-	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	3	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	3	-	2	2	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	3	-	2	2	-	
	Итого: 72 ч.		10	22	40	-	Зачет

Заочная форма обучения – 7 семестр.

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	7	-	-	2	-	

2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	7	2	-	3	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	7	-	-	5	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	7	-	-	5	-	
5	Закаливание.	7	-	-	5	-	
6	Вредные привычки – разрушители здоровья.	7	-	-	5	-	
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
9	Рациональное питание.	7	-	2	5	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	7	-	-	5	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	7	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	7	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	7	-	-	4	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	-	4	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	7	-	-	3	-	
	Итого: 72 ч.		2	6	64	-	Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Общая и специальная гигиена».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине **«Общая и специальная гигиена»** (Приложения к рабочей программе дисциплины. **«Общая и специальная гигиена»**).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине **«Общая и специальная гигиена»**.

Перечень примерных контрольных вопросов к зачету

1. Предмет и задачи гигиены.
2. Предмет и задачи гигиены рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.
3. Методы гигиенических исследований.
4. Структура здорового образа жизни и его элементы.
5. Основные пути формирования здорового образа жизни.
6. Характеристика биологических факторов внешней среды.
7. Инфекционные заболевания и пути их распространения.
8. Восприимчивость и иммунитет.
9. Профилактика инфекционных заболеваний и СПИДа.
10. Правила ухода за телом, кожей, зубами, волосами.
11. Профилактика эпидермофитии.
12. Гигиенические основы суточного режима.
13. Профилактика и борьба с курением.
14. Профилактика и борьба с употреблением алкогольных напитков.
15. Профилактика и борьба с наркоманией.
16. Гигиенические требования к обычной и спортивной одежде и обуви.
17. Гигиеническое значение закаливания.
18. Основные принципы закаливания.
19. Виды закаливания.
20. Закаливание воздухом.

21. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения.
22. Закаливание водой.
23. Гигиеническая характеристика, методика и дозировка применения различных водных процедур.
24. Закаливание солнцем.
25. Гигиеническая характеристика воздействий солнечных лучей.
26. Методика приема и дозировка солнечных ванн.
27. Гигиеническое значение температуры воздуха.
28. Правила и методы измерения температуры воздуха. Гигиенические нормы.
29. Гигиеническое значение влажности воздуха. Виды влажности.
30. Приборы и методы определения относительной влажности. Гигиенические нормы.
31. Гигиеническое значение направления и скорости движения воздуха. Гигиенические нормы.
32. Гигиеническая характеристика атмосферного давления и его влияние на организм человека. Методы и единицы измерения.
33. Гигиеническая характеристика комплексного влияния физических свойств воздуха.
34. Методика исследования охлаждающей способности воздуха. Гигиенические нормы.
35. Гигиеническая характеристика химического состава воздуха.
36. Определение концентрации CO_2 в воздухе. Гигиенические нормы.
37. Гигиеническое значение радиоактивности воздушной среды. Гигиенические нормы естественного радиационного фона.
38. Гигиенические требования к питьевой воде.
39. Гигиеническая характеристика систем водоснабжения.
40. Методы очистки питьевой воды.
41. Коагуляция – современный метод очистки воды.

42. Показатели бактериальной загрязненности воды.
43. Коли-индекс, коли-титр и их определение.
44. Методы обеззараживания воды (физические и химические).
45. Гигиенические требования к пище и питанию.
46. Роль питания в поддержании состояния здоровья, нормального развития организма, общей и спортивной работоспособности.
47. Составные элементы суточных энерготрат (регулируемые и нерегулируемые энерготраты).
48. Методы определения суточного расхода энергии.
49. Калорийность пищи.
50. Нормы калорийности пищевых рационов с учетом половых, возрастных, профессиональных особенностей и занятий физическими упражнениями и туризмом.
51. Гигиеническое значение белков.
52. Потребность организма в белках.
53. Содержание белков в различных продуктах
54. Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека.
55. Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека.
56. Гигиеническое значение витаминов.
57. Гиповитаминоз, авитаминоз, гипервитаминоз.
58. Роль и значение жирорастворимых витаминов.
59. Роль и значение водорастворимых витаминов.
60. Гигиеническая характеристика наиболее важных витаминов (С, В₁, В₂, В₆, В₁₂).
61. Гигиеническое значение и роль минеральных веществ в питании.
62. Гигиеническая характеристика макро- и микроэлементов.
63. Гигиеническая характеристика мясомолочных продуктов, их значение в питании.
64. Гигиеническая характеристика крупяных продуктов, овощей и фруктов, их значение в питании.

65. Режим питания занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом.

66. Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси.

67. Гигиеническая характеристика средств восстановления и повышения спортивной работоспособности.

68. Гигиеническая характеристика и методика применения восстановительных гидропроцедур.

69. Гигиеническое, лечебно-профилактическое и оздоровительное значение паровых и суховоздушных (сауна) бань.

70. Влияние факторов жаркого климата на организм.

71. Влияние факторов холодного климата на организм.

72. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях холодного климата.

73. Влияние факторов горного климата на организм.

74. Гигиеническое обеспечение различных форм рекреации в условиях горного климата.

75. Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Общая и специальная гигиена».

а) Основная литература:

1. Коршевер, Е. Н. Гигиена : [12+] / Е. Н. Коршевер, В. Н. Шилов ; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 234 с.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578336>

2. Карелин, А. О. Гигиена : учебник для вузов / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 472 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/518754>

3. Общая и специальная гигиена : учеб. справ. Специальности: 050720.65 - Физ. культура, 032102.65 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(Адаптив. физ. культура) / Е. А. Багнетова .— Сургут : РИО СурГПУ, 2010 .— 174 с.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=623833>

б) Дополнительная литература:

1. Полиевский, С.А. Безопасность адекватного питания спортсменов и туристов : учеб. пособие / С.А. Полиевский, Г.А. Ямалетдинова. - Екатеринбург: [Изд-во Гуманитар. ун-т], 2013. - 168 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=217818&DocQuerID=11517341&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=217818&DocQuerID=11517341&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=217818&DocQuerID=11517341&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Полиевский, С.А. Спортивная диетология : учеб. для студентов высш. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" / С.А. Полиевский. - М.: Academia, 2015. - 202 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=244206&DocQuerID=11517342&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=244206&DocQuerID=11517342&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=244206&DocQuerID=11517342&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерств спорта Российской Федерации.
4. Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2012-2015 © Электронно- библиотечная система znanium.com 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16- 103421-7 (online).

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Общая и специальная гигиена», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – AdobeAcrobatReader DC;

4. Программный продукт – ИС Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).
- 4) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru)
4. [Библиотека «Куб» \(www.koob.ru\)](http://www.koob.ru)
5. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
6. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)
3. [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Общая и специальная гигиена»

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы

обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

2. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА»
для обучающихся института туризма, рекреации,
реабилитации и
фитнеса 2 курса направления подготовки 49.03.2 «Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная
физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы
обучения
и 4 курса заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Спортивная медицина**
Сроки изучения дисциплины «Общая и специальная гигиена»: **3 семестр очной
формы обучения и 7 семестр заочной формы обучения**
Форма промежуточной аттестации: **зачет.**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов»	5
2	Выступление на семинаре «Вредные привычки – разрушители здоровья»	5
3	Выступление на семинаре «Закаливание»	5
4	Выступление на семинаре «Рациональное питание»	5
5	Выступление на семинаре «Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения»	5
6	Выступление на семинаре «Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях»	5
7	Тест по теме: «Гигиена физической культуры и спорта»	10
8	Написание реферата по теме: «Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в отдельных видах спорта»	15
9	Презентация по теме: «Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни»	15
10	Посещение занятий	10
	Зачет	20
	ИТОГО:	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Здоровый образ жизни»	5
3	Выступление на семинаре «Закаливание»	10
4	Подготовка доклада «Предмет и задачи гигиены», пропущенному студентом	5
5	Дополнительное тестирование по теме: «Гигиена физической культуры и спорта»	5
6	Написание реферата по теме: «Профилактика инфекционных заболеваний»	15
7	Презентация по теме: «Личная гигиена, гигиена одежды, обуви и снаряжения»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам «Общая и специальная гигиена», завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам «Общая и специальная гигиена» при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра спортивной медицины

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.В.08 «ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ГИГИЕНА»**

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Профили: «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная, заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины 72 часа составляет 2 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»: 3 семестр очная форма обучения и 7 семестр заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины: «Основы общей и специальной гигиены» - сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены, а также практические умения реализации программ по гигиене адаптивной физической культуре и параолимпийского спорта в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профили: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

«Общая и специальная гигиена»:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Общая и специальная гигиена»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.			
УК-8.1	Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.2	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и	3 сем.	-	7 сем.

	<i>в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.</i>			
УК-8.3	<i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.</i>	3 сем.	-	7 сем.
УК-8.4	<i>Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</i>	3 сем.	-	7 сем.

5. Краткое содержание дисциплины «Общая и специальная гигиена»:

. Общая трудоемкость дисциплины «Общая и специальная гигиена» составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения – 3 семестр.

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	3	2	-	2	-	
2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	3	2	2	2	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	3	2	2	4	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	3	-	-	4	-	
5	Закаливание.	3	2	-	4	-	
6	Вредные привычки –	3	2	-	4	-	

	разрушители здоровья.						
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
9	Рациональное питание.	3	-	2	2	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	3	-	2	4	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	3	-	2	2	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	3	-	2	2	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	3	-	2	2	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	3	-	2	2	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	3	-	2	2	-	
	Итого: 72 ч.		10	22	40	-	Зачет

Заочная форма обучения – 7 семестр.

№	Раздел дисциплины «Основы общей и специальной гигиены»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гигиена физической культуры и спорта.	7	-	-	2	-	

2	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.	7	2	-	3	-	
3	Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний.	7	-	-	5	-	
4	Личная гигиена, гигиена одежды и обуви и снаряжения.	7	-	-	5	-	
5	Закаливание.	7	-	-	5	-	
6	Вредные привычки – разрушители здоровья.	7	-	-	5	-	
7	Гигиенические требования к условиям воздушной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
8	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	2	5	-	
9	Рациональное питание.	7	-	2	5	-	
10	Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	7	-	-	5	-	
11	Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление.	7	-	-	4	-	
12	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных условиях.	7	-	-	4	-	
13	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	7	-	-	4	-	
14	Гигиенические средства восстановления при занятиях физическими упражнениями и спортом.	7	-	-	4	-	
15	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.	7	-	-	3	-	
	Итого: 72 ч.		2	6	64	-	Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.09. Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии
здоровья»**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024 г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья» является: формирование системы знаний об особенностях психического развития человека и факторах его обуславливающих как основу психологической компетентности будущих специалистов в области адаптивной физической культуры (АФК). Дисциплина (модуль) «**Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья**» реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	4		3
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	4		3
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-	4		3

	педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.			
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	4		3

3. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			лекционный	семинарский	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Тема 1. Предмет психологии развития.	4	2	2	2		
2	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	4	2	4	6		
3	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	4	2	4	6		
4	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	4	2	4	6		
5	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	4	2	4	6		
6	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	4	2	4	6		
7	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4		4	6		
8	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4	2	4	6		
9	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	4	2	4	6		

10	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	4		4	4		
Итого 108			16	38	54		Диф зачёт

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Предмет психологии развития.	3			10		
2	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	3	2		10		
3	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	3			10		
4	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	3			10		
5	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	3			10		
6	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	3		2	8		

7	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3			10		
8	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3		2	10		
9	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	3		2	10		
10	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	3		2	10		
Итого 108			2	8	98		Диф зачёт

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Психология развития» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине(модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

Студенты выполняют 2 творческие контрольные работы, направленные на формирование умений проводить психодиагностическое исследование и ин-

терпретировать полученные данные:

1. Выберите один из двух вариантов контрольной работы: а) «Особенности эмоционально-волевой (любой) сферы у... (например, студентов 4 курса АФК в зависимости от пола)»; б) «Особенности внимания (памяти или мышления и т.п.) у... (например, спортсменов в зависимости от спортивной специализации)».

2. Подберите методики для определения показателей исследуемых психических процессов: вариант А – одна методика для одновременного исследования нескольких психических процессов (например внимания, памяти и мышления); вариант Б - три-четыре методики для исследования одного выбранного психического процесса.

3. Проведите исследование в группе, по месту работы или тренировок (где есть возможность). Минимальное количество испытуемых - 10-12 чел.

4. Сформулируйте цель и задачи исследования.

5. Опишите организацию исследования и используемые методики.

6. Представьте результаты в таблице, подсчитав средние значения по группам по каждому показателю.

7. Определите зависимость уровня развития исследуемого(ых) психического процесса от (спортивной специализации ит.п.):

а) сравнить результат каждого участника со средним значением и отнести его к высокому, среднему или низкому;

б) подсчитать в % соотношение количество испытуемых с высоким, средним и низким уровнем развития исследуемого психического процесса.

8. Прокомментируйте полученные результаты (по таблицам).

9. Подсчитайте достоверность различий средних арифметических одного показателя по критерию Т-Стьюдента для независимых выборок.

10. Сформулируйте выводы.

11. Составьте рекомендации.

12. Оформите работу по ГОСТУ.

Примерный перечень вопросов к зачёту по курсу дисциплины «Психология развития».

1. Предмет психологии развития.
2. Макрохарактеристики человека.
3. Основные области и линии развития.
4. Возраст в широком смысле.
5. Метафизическая и диалектическая концепции развития.
6. Классификации психических явлений.
7. Закономерности психического развития.
8. Факторы психического развития.
9. Возраст в узком смысле. Возрастная периодизация.
10. Возрастные нормы психического развития.
11. Основные отличия в отечественном и зарубежном подходе к личности.
12. Рефлексологическая теория личности В.М.Бехтерева.
13. Динамическая функциональная теория К.К.Платонова.
14. Деятельностный подход к личности (А.Н. Леонтьев, Б.Д. Эль-конин).
15. Кризисная концепция развития личности Л.С.Выготского.
16. Особенности невротического развития личности.
17. Индивидуально-психологические особенности как фактор развития невроза.
18. Особенности семейной и школьной среды как фактор развития невроза.
19. Структура личности.
20. Когнитивная теория Д.Келли.
21. Психоаналитическая теория З.Фрейда.
22. Индивидуальная психология А.Адлера.
23. Гуманистический подход к личности, его значение для деятельности специалиста АФК.
24. Иерархия потребностей (по А.Маслоу).

25. Понятие об экстраверсии и интроверсии. Особенности экстравертов и интровертов.

29. Понятие о «Я-концепции». Характеристика «Я-реального», «Я-зеркального» и «Я-идеального».

30. Понятие о самооценке, ее функции.

31. Психологическая защита: принцип действия, эффекты.

32. Активные и пассивные механизмы психологической защиты.

33. Особенности использования проективных методик для исследования детей с особыми образовательными потребностями.

34. Основы психологического анализа рисунка «Моя семья».

35. Основы психологического анализа рисунка «Несуществующее животное».

36. Понятие о социализации. Виды влияния группы на личность.

37. Основные направления психокоррекции.

38. Психологический тренинг: понятие и история.

39. Требования к выбору и проведению психотехнических игр и упражнений.

40. Психологические особенности деятельности специалиста АФК.

41. Профессионально важные качества специалиста АФК.

42. Психологическая структура деятельности специалиста АФК.

43. Анализ понятий «стресс», «психологический стресс», «профессиональный стресс».

44. Основные источники дистресса специалиста АФК.

45. Профессиональная дезадаптация и профессиональная деформация.

46. Синдром «психического выгорания».

47. Рекомендации по профилактике возникновения и развития негативных эффектов профессиональной деятельности специалиста АФК.

48. Поддержание профессиональной мотивации.

49. Здоровая жизненная и профессиональная философия специалиста АФК.

50. Общее и особенное в спортивной карьере здоровых спортсменов и

спортсменов-инвалидов.

51. Влияние идентификации с ролью спортсмена на личностное развитие инвалида.

52. Особенности посттравматической адаптации спортсменов-инвалидов.

53. Направленность как ведущий компонент структуры личности.

54. Характеристики человека как индивида и характеристики человека как личности.

Контрольные вопросы для самопроверки знаний.

1. Классификация методов психологического исследования.

2. Этические нормы проведения психологических исследований.

3. Понятие о психическом развитии.

4. Диагностика психических состояний.

5. Диагностика эмоциональных состояний.

6. Психосоциальная концепция Э. Эриксона.

7. Семья и ее роль в формировании аномального ребенка.

8. Развитие высших психических функций (по Л.С.Выготскому).

9. Структурный и системно-структурный подходы в концепциях психологии личности.

10. Индивидуальные особенности человека.

11. Патология формирования личности у лиц с ограниченными возможностями.

12. Теория мотивации.

13. Этапы профессиональной карьеры.

14. Карьерные ориентации.

15. Профессиональная адаптация специалиста АФК.

16. Личностные особенности как фактор развития профессионального стресса.

17. Целеполагание в профессиональной и жизненной карьере.

18. Анализ трудностей, возникших в работе с людьми с ограниченными воз-

- возможностями, и пути их преодоления (на основе прохождения практики).
19. Профессиональное и личностное самосовершенствование специалиста АФК.
20. Влияние занятий спортом на развитие человека как индивида, субъекта, личности и индивидуальности.
21. Учение Б.Г. Ананьева о человеке.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а). Рекомендуемая литература (основная).

1. Хилько, М.Е. Возрастная психология: учебное пособие для вузов / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 201 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/510444>
2. Поливара, З.В. Введение в специальную психологию: учеб. пособие / З.В. Поливара. — 4-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2022. — 271 с. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=244805>
3. Психология детей с отклонениями в интеллектуальном развитии : учебные материалы / Т.М. Ташина. — Шуя: ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010. — 57 с. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/177104>

б) Дополнительная литература

1. Основы математической статистики [Электронный ресурс] : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Гос. Ком. СССР по физ. культуре и спорту / под общ. ред. В.С. Иванова. - М.: ФиС, 1990. - 176 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=47198&DocQuerID=11517352&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Методики психодиагностики в спорте : Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. 03.03. "Физ. культура" : Рек. Гос. СССР по нар. образованию / В.Л. Марищук [и др.]. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Просвещение, 1990. - 256 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=40902&DocQuerID=11517353&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=>

[g=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](#)

3. Методики психодиагностики в спорте : учеб. пособие по спецкурсу для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 Физ. воспитание : доп. М-вом просвещения СССР / В.Л. Марищук [и др.]. - М.: Просвещение, 1984. - 191 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=40903&DocQuerID=11517353&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии : учеб. пособие / под ред. А.А. Крылова ; Ленингр. гос. ун-т. - Л.: Изд-во Ленингр. гос. ун-та, 1990. - 273 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=51935&DocQuerID=11517355&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Практикум по спортивной психологии / ред. Волков И.П. - СПб.: Питер, 2002. - 285 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=33401&DocQuerID=11517357&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6. Практические занятия по психологии : пособие для ин-тов физ. культ. / Под ред. Д. Я. Богдановой, И. П. Волкова. - М.: ФиС, 1989. - 160 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=51941&DocQuerID=11517358&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

7. Шапкова, Л.В. Технология подготовки и тематика квалификационных работ (по специальности 022500 Адаптивная физическая культура) : учеб. пособие / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 1997. - 42 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=80423&DocQuerID=11517362&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: <http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного

обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
4. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
6. [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)
7. [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу *«Психология развития»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Психология развития» для обучающихся института ИТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, заочная формы обучения

• ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма), 3 семестр (заочная форма)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

• ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Практическая работа по теме: «Подбор и защита одной методики для одновременного исследования нескольких психических процессов (например: внимания, памяти и мышления)»	32 неделя	22*
2	Практическая работа по теме: «Анализ трёх-четырёх методик для исследования одного выбранного психического процесса»	42 неделя	22*
3	Посещение занятий	В течение семестра	2 балла x 1 занятие = 36 баллов
	Зачёт по дисциплине		20*
	ИТОГО		100 баллов

* примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: Факторы и закономерности психического развития.	15
2	Контрольная работа по теме: Основные направления в отечественной теории личности.	15
3	Контрольная работа по теме: Главные направления в зарубежной теории личности.	15
4	Контрольная работа по теме: Структура личности.	10
5	Контрольная работа по теме: Развитие личности.	10
6	Контрольная работа по теме: Функциональные состояния.	15

Для студентов заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Практическая работа по теме: «Подбор и защита одной методики для одновременного исследования нескольких психических процессов (например: внимания, памяти и мышления)»	32 неделя	40*
2	Практическая работа по теме: «Анализ трёх-четырёх методик для исследования одного выбранного психического процесса»	42 неделя	40*
	Зачёт по дисциплине		20*
	ИТОГО		100 баллов

• ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1. В. 09. Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии
здоровья»**

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр очная форма обучения, 3 семестр заочная форма обучения

3. **Цель освоения дисциплины(модуля)**

Целями освоения дисциплины (модуля) «*Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья*» является: формирование системы знаний об особенностях психического развития человека и факторах его обуславливающих как основу психологической компетентности будущих специалистов в области адаптивной физической культуры (АФК). Дисциплина (модуль) «**Возрастная психология лиц с отклонениями в состоянии здоровья**» реализуется на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-4	Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	4		3
ПК-4.1	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального	4		3

	наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.			
ПК-4.2	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	4		3
ПК-4.3	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	4		3

5. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			лекцион ного	семина рского	Самосто ятельная работа	Контрол ь	
1	Тема 1. Предмет психологии развития.	4	2	2	2		
2	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	4	2	4	6		
3	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	4	2	4	6		
4	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	4	2	4	6		
5	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	4	2	4	6		
6	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	4	2	4	6		
7	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4		4	6		
8	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	4	2	4	6		
9	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с	4	2	4	6		

	ОВЗ.						
10	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	4		4	4		
Итого 108			16	38	54		Диф зачёт

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Предмет психологии развития.	3			10		
2	Тема 2. Факторы и закономерности психического развития в норме и при патологии.	3	2		10		
3	Тема 3. Основные направления в отечественной теории личности.	3			10		
4	Тема 4. Главные направления в зарубежной теории личности.	3			10		
5	Тема 5. Структура личности. Искажение структуры личности у лиц различных половозрастных и нозологических групп	3			10		
6	Тема 6. Развитие личности. Особенности развития личности в норме и при патологии.	3		2	8		

7	Тема 7. Понятие деятельность. Временные особенности и качественные искажения процесса деятельности у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3			10		
8	Тема 8. Особенности протекания возрастных кризисов у лиц различных половозрастных и нозологических групп.	3		2	10		
9	Тема 9. Влияние занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на личностные особенности лиц с ОВЗ.	3		2	10		
10	Тема 10. Особенности профессионального выгорания у спортсменов с ОВЗ.	3		2	10		
Итого 108			2	8	98		Диф зачёт

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М.Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.10. «КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Профиль:

«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им.Саркизова-Серазини
Протокол № 4 от «10» октября 2019 г.

Составитель:

Бахарева Антонина Андреевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент
кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им.Саркизова-Серазини, «РГУФКСМиТ»

Рецензент,

Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры
спортивной медицины, «РГУФКСМиТ»

1. Цель освоения дисциплины Б1.В.10. является: подготовка специалистов, способных к целостному и систематическому анализу сложных проблем современной жизни общества на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа в системе физической культуры и спорта, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа в профессионально-педагогической практике специалистов по адаптивной физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Классический массаж» относится к профильному циклу вариативной части.

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется анатомо-физиологическим особенностям массажа, механизмам действия массажа, гигиеническим основам массажа и классификации массажа.

Основная часть курса составляет: обучение технике и методике проведения приемов классического массажа, массажа различных участков тела; особенностям проведения частных методик гигиенического массажа; частным методикам лечебного массажа; частным методикам спортивного массажа; освоение техники и методики аппаратного массажа: вибро-, пневмо- и гидромассажа. Применение массажа в адаптивном физическом воспитании. Сочетание классического массажа с физическими средствами восстановления (ЛФК, физио- и гидротерапией, механотерапией, криомассажем т.д.). Применение кремов, мазей, растирок и масел.

При обучении студентов техники приемов классического массажа проводится ознакомление с точечным, сегментарно-рефлекторным и другими системами и видами массажа. Студенты должны знать не только теоретическую основу дисциплины, но и иметь практические навыки использования сочетания

массажа с различными душами, теплыми и холодными ваннами, баней и другими физическими средствами. Использование банных процедур в качестве гигиенического средства, профилактики заболеваний и сохранения здоровья.

Технику и методику приемов классического массажа, массаж отдельных частей тела и методики сеансов частного массажа студенты осваивают в парах, поочередно занимая место массируемого и массирующего. Это позволяет приобрести более профессиональные навыки и понимание физиологического и физического состояния массируемых частей тела и тканей.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам массажа и практическим навыкам. Проверка самостоятельной работы студентов по теоретическим основам массажа осуществляется во время опросов на занятиях и при проведении рубежного контроля. Проверка знаний по овладению практическими навыками массажа проводится во время рубежного контроля путем демонстрации техники приемов и частных методик массажа на отдельных участках тела.

Зачет для очной и заочной форм обучения включает вопросы по теоретическим основам и практическую демонстрацию техники и методики массажа.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина, ТФВ, лечебная физическая культура, физическая реабилитация, дисциплины профессионального и спортивно- педагогического циклов.

Рабочая программа дисциплины «Классический массаж» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам (108 часов). Для очной формы обучения: 8 часов – лекции, 42 часов – практические занятия, 58 часов – самостоятельная работа. Для заочной ускоренной формы обучения: 2 часа – лекции, 10 часов – практические занятия, 96 часов – самостоятельная работа.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных	4		4

функций;

- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;
- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;
- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;
- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт:

- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;
- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;
- контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;
- оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа	4					
2	1.1. История развития массажа	4			4		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			6		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4	2		4		
5	1.5. Виды классического массажа	4	2		4		
6	II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения	4					
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		4	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4		2	2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		4	2		

12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4		2	2		
14	III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .	4					
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4		4	2		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4		4	8		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4		2	2		
21	3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4	2	8	8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4		2	2		
26	3.3. Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			2		
27	Зачет	4					
Итого часов: 108			8	42	58		Зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа	4	2		20		
2	1.1. История развития массажа	4			5		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			5		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4			5		
5	1.5. Виды классического массажа	4			5		
6	II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения	4		8	40		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		2	6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		2	6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		2	6		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4			4		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		2	6		

12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4			6		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4			6		
14	III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .	4		2	26		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4			12		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4			12		
17	3.2.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4		2	12		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4			4		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4			4		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4			4		
21	3.2.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4			8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4			2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4			2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4			2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4			2		
26	3.3. Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			2		
27	Зачет	4					
Итого часов:		108	2	10	96		

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. История возникновения и развития массажа. Значение слова «массаж».
2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа, сыгравших выдающуюся роль в обосновании и развитии массажа.
3. Роль выдающегося ученого – профессора И.М. Саркизова-Серазини в развитии спортивного и лечебного массажа.
4. Роль массажа в массовой физической культуре.
5. Применение массажа в различных сферах деятельности человека.
6. Определение массажа.
7. Массаж как наука.
8. Механизм действия массажа. Характер влияния массажа на организм человека.
9. Физиологические механизмы массажа. Местный и общий физиологический эффект массажа.
10. Рефлекторные реакции, которые возникают при массаже кожи. Влияние массажа на выделительные функции и температуру кожи.
11. Приемы массажа, которые применяются на коже.
12. Влияние массажа на ЦНС.
13. Влияние массажа на периферическую нервную систему.
14. Влияние массажа на рецепторный аппарат мышц.

15. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.
 16. Влиянием массажа на восстановление работоспособности мышц.
 17. Влияние массажа на кровообращение мышцы.
 18. Влияние массажа на мышцы после физической нагрузки при болезненных ощущениях.
 19. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии.
 20. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.
 21. Влияние тепловых процедур при лечении суставов.
- Последовательность сочетания массажа и тепловых процедур.
22. Последовательность сочетания электропроцедур и массажа.
 23. Роль приема движение в сочетании с другими приемами массажа.
- Последовательность применяемых приемов массажа.
24. Влияние массажа на спортивное мастерство.
 25. Роль массажа в восстановлении работоспособности суставов.
 26. Влияние массажа на центральный аппарат кровообращения.
 27. Влияние массажа на лимфатическую систему.
 28. Влияние массажа на содержание в крови гемоглобина и эритроцитов.
 29. Влияние массажа на кровяное давление.
 30. Влияние массажа на работоспособность.
 31. Влияние массажа на работу сердца.
 32. Влияние массажа на мочеотделение.
 33. Влияние массаж на выделение молочной кислоты.
 34. Влияние массажа на обмен веществ после выполнения физических упражнений при сочетании массажа с тепловыми процедурами.
 35. Влияние массажа на потоотделение при массаже в бане.
 36. Влияние массажа на функцию дыхания.
 37. Приемы массажа, которые способствуют понижению деятельности дыхательного центра. Рефлекторное действие массажа на дыхание.

38. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.

39. Правила работы массажиста.

40. Роль биомеханических законов в проведении массажа.

41. Показания и противопоказания к массажу.

42. Смазывающие вещества и их применение.

43. Системы массажа и отличия одной системы от другой.

44. Отличие сегментарно-рефлекторного массажа от точечного и классического массажа. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.

45. Методы массажа.

46. Формы массажа и их характеристика.

47. Правила выполнения массажа.

48. Понятие термина «прием» в ручном массаже.

49. Понятие «перпендикулярное» и «продольное» положение по отношению к массируемому участку тела.

50. Виды приемов ручного классического массажа.

51. Принципы разделения приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению тела.

52. Обозначение терминов «прием поглаживание» и «прием выжимание». Воздействие этих приемов на ткани организма.

53. Виды отягощений при проведении приемов массажа и особенности выполнения техники.

54. Рефлекторное воздействие на организм приема разминание. Циклы движения руки при проведении приемов: ординарное разминание, «двойной гриф», двойное кольцевое.

55. Воздействие на ткани сотрясающих приемов и рефлекторное влияние на организм.

56. Физиологическое влияние на организм приема растирание. Механическое воздействие приема растирание.

57. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

58. Физиологическое влияние на организм приема движение. Сочетание приема движение с другими приемами массажа. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему. Влияние приема движение на развитие гибкости.

59. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

60. Понятие об «ударных приемах» и особенности применения на участках тела.

61. Понятие о парном массаже, квадромассаже и методика проведения.

62. Виды аппаратного массажа и краткая характеристика физиологического воздействия. Сочетание аппаратного массажа и ручного.

63. Использование масел и лекарственных мазей в аппаратном массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.

64. Значение самомассажа в спортивной и лечебной практике, методика проведения по участкам тела, особенности самомассажа в условиях бани.

65. Виды бани и их особенности. Особенности банного (мыльного) массажа.

66. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.

67. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.

68. Понятие о гигиеническом профилактическом массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического профилактического массажа.

69. Понятие о гигиеническом восстановительном массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического восстановительного массажа.

70. Понятие о гигиеническом массаже при различных эмоциональных состояниях. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях

71. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель и задачи применения лечебного массажа.

72. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.

73. Понятие о спортивном массаже. Цели и задачи спортивного массажа.

74. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.

75. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего. Цель и задачи предварительного массажа.

76. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.

77. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом. Сочетание массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом и тепло - и электропроцедур.

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу.

1. Возникновение и развитие классического массажа.
2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
3. Место массажа в системе физического воспитания и в различных сферах трудовой деятельности.
4. Понятие «физиологический механизм массажа».
5. Рефлекторные реакции, возникающие при массаже кожи.
6. Приемы массажа, применяемые на коже. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
7. Влияние массажа на ЦНС.
8. Прием выжимание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
9. Прием разминание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.
10. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.
11. Характеристика восстановления работоспособности мышц под влиянием массажа.

12. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии. Приведите пример из спортивной и лечебной практики.

13. Прием растирание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов. Сочетание приема растирание с другими приемами массажа.

14. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему.

15. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д. Перечислите применяемые приемы.

16. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

17. Особенности и последовательность сочетания электропроцедур и массажа.

18. Роль приема движение. Сочетание приема с другими приемами массажа. Последовательность применяемых приемов массажа. Влияние приема движение на развитие гибкости.

19. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

20. Сотрясающие приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

21. Ударные приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

22. Влияние массажа на спортивное мастерство.

23. Роль массажа в восстановлении работоспособности.

24. Влияние массажа на кровяное давление.

25. Влияние массажа на работу сердца.

26. Влияние массажа на мочеотделение. Влияние массажа на выделение молочной кислоты.

27. Влияние сочетания массажа и тепловых процедур на обмен веществ после выполнения физических упражнений.

28. Влияние массажа на функцию дыхания.

29. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.

30. Смазывающие вещества и их применение.

31. Отличия сегментарно-рефлекторного массажа, точечного и классического. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.

32. Показания и противопоказания к массажу.

33. Методы массажа. Классификация аппаратного массажа.

34. Формы массажа и их характеристика. Правила выполнения массажа.

35. Виды приемов ручного классического массажа. Принципы разделения приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению.

36. Физиологическое воздействие массажных приемов на организм.

37. Использование масел и лекарственных мазей в механическом массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.

38. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.

39. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.

40. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего.

41. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.

42. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.

43. Типы бани и их особенности. Особенности массажа в условиях бани.

44. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.

45. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель применения лечебного массажа.

46. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.

Темы рефератов

1. Спортивный массаж в физкультурно-спортивных мероприятиях.
2. Применение тренировочного массажа в избранном виде спорта.
3. Особенности спортивного массажа, способствующего, повышению тренированности в избранном виде спорта.
4. Особенности спортивного массажа, способствующего сохранению физической формы в избранном виде спорта.
5. Особенности массажа, повышающего уровень физических качеств в избранном виде спорта.
6. Применение предварительного массажа в избранном виде спорта.
7. Предварительный разминочный массаж в избранном виде спорта
8. Особенности предварительного разминочного массажа в предстартовых состояниях спортсмена в избранном виде спорта.
9. Восстановительный массаж в избранном виде спорта.
10. Восстановительный массаж в многодневной системе тренировок и соревнований в избранном виде спорта.
11. Восстановительный массаж после соревнований в избранном виде спорта.
12. Восстановительный массаж в кратковременных перерывах в избранном виде спорта.
13. Особенности восстановительного массажа при физическом и умственном утомлении.
14. Сочетание сеанса восстановительного массажа с баней и активным отдыхом в избранном виде спорта
15. Сочетание восстановительного массажа с физическими средствами восстановления при занятиях физической культурой.
16. Сочетание сеанса восстановительного массажа с баней и активным отдыхом при занятиях физической культурой.
17. Особенности массажа при травмах и заболеваниях в избранном виде спорта.

18. Гигиенический массаж (самомассаж) в профилактике профессиональных заболеваний.

19. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях ходьбой.

20. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях оздоровительным бегом.

21. Применение гигиенического профилактического массажа (самомассажа) в быту.

22. Применение восстановительного гигиенического массажа (самомассажа) в процессе рабочего дня.

23. Гигиенический массаж (самомассаж) при занятиях физической культурой и спортом.

24. Гигиенический массаж (самомассажа) – как средство профилактики и реабилитации производственных травм и заболеваний.

Решение ситуационных задач

- **Составление отдельных методик массажа по видам спортивного массажа.** Преподаватель выбирает вид спортивного массажа, обозначает вид спорта и квалификацию подготовленности спортсмена и дает задание по разработке методики спортивного массажа. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

- **Разработка методики спортивного массажа в избранном виде спорта.** Преподаватель дает задание по разработке методики спортивного массажа в избранном виде спорта. Преподаватель обозначает (квалификацию спортсмена, возраст, пол, тренировочный, соревновательный или восстановительный период). Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

- **Составление отдельных методик массажа по видам гигиенического массажа.** Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (вид профессиональной деятельности, возраст, пол, психическое состояние человека) и дает задание по разработке методики одного из видов гигиенического массажа.

Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Бирюков, А.А. Классический массаж : учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 347 с. : ил. — (Университетский учебник). <https://lib.rucont.ru/efd/783167>
2. Погосян, М. М. Методика общего и частного массажа : учебно- методическое пособие / М. М. Погосян . — Изд. 2-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2012 .— 168 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/772727>
3. Бирюков, А.А. Спортивный массаж : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.А. Бирюков. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2014. - 575 с.: рис. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=245117&DocQuerID=11517325&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Бирюков, А.А. Спортивный массаж : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деят. по направлению "Физ. культура" : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.А. Бирюков. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2013. - 575 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=241748&DocQuerID=11517325&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Бирюков, А.А. Особенности русского классического массажа в различных видах спорта : монография / А.А. Бирюков. - М.: Физ. культура, 2008. - 302 с.:

ил.

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=168240&DocQuerID=11517329&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=168240&DocQuerID=11517329&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=168240&DocQuerID=11517329&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=168240&DocQuerID=11517329&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

Бирюков, А.А. Баня лечит и молодит : монография / А.А. Бирюков. - М.: Физ. культура, 2006. - 231 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=134597&DocQuerID=11517330&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=134597&DocQuerID=11517330&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=134597&DocQuerID=11517330&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=134597&DocQuerID=11517330&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Бирюков, А.А. Спортивный массаж : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 022300 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту : доп. М-вом образования и науки РФ / А.А. Бирюков. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 570 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182108&DocQuerID=11517331&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=182108&DocQuerID=11517331&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182108&DocQuerID=11517331&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182108&DocQuerID=11517331&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
2. Бирюков, А.А. Эргономические и гигиенические основы русской системы классического массажа : метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 032101, 032102 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.А. Бирюков, Д.Н. Савин. - М.: Физ. культура, 2008. - 164 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72477&DocQuerID=11517332&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=72477&DocQuerID=11517332&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72477&DocQuerID=11517332&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72477&DocQuerID=11517332&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
3. Васичкин В.И. Массаж: Уроки великого мастера / В.И. Васичкин. - М.: АСТ; СПб.: Полигон, [2009]. - 319 с.: ил. + ЭОД.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187850&DocQuerID=11517333&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=187850&DocQuerID=11517333&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187850&DocQuerID=11517333&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187850&DocQuerID=11517333&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
4. Погосян М.М. Методика применения предварительного массажа в спорте : учеб.-метод. пособие / М.М. Погосян ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Каф. спортив. медицины 032101, 032102. - Малаховка, 2008. - 35 с.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=198403&DocQuerID=11517336&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20)
[DocID=198403&DocQuerID=11517336&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=198403&DocQuerID=11517336&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20)

&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Фокин В.Н. Полный курс массажа : учеб. пособие / Фокин Валерий Николаевич. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Гранд-фаир, 2002. - 508 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=114807&DocQuerID=11517337&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=114807&DocQuerID=11517337&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20)
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.
2. Теория и практика физической культуры: Журнал
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)
4. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия
<https://www.garant.ru/>
6. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest
www.proquest.com
7. <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm> Научная электронная библиотека

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

2) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

[Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)

Режим доступа: свободный

[Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)

Режим доступа: свободный

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

Режим доступа: свободный

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

Министерство спорта Российской Федерации - <https://www.minsport.gov.ru/>

[Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

Режим доступа: свободный

[Web-медицина – профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

Режим доступа: свободный

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

- массажная аудитория № 346, 344 МБК;
- кушетки;
- раздевалка;
- монитор;
- ноутбук;
- наглядные пособия;
- библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Классический массаж» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 2 курса, направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профилю «Адаптивное физическое воспитание» очная и заочная формы обучения

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
Сроки изучения дисциплины: 4 семестр очная и заочная формы обучения.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Зачет по теоретическим основам массажа № 1:</i> - история развития массажа; - анатомо-физиологическое обоснование массажа; - определение, показания и противопоказания к массажу; - гигиенические требования к массажу - физиологические факторы, влияющие на организм при массаже.	6	5
2	<i>Мини-зачет по практическим навыкам №1:</i> - техника и методика выполнения приемов поглаживание, выжимание.	7	5
3	<i>Мини-зачет по практическим навыкам № 2:</i> - техника и методика выполнения приемов классического массажа.	11	5
4	<i>Зачет по теоретическим основа массажа № 2:</i> - формы и технология проведения сеансов массажа; - виды массажа и его классификация; - классификация гигиенического массажа; - классификация лечебного массажа; - классификация косметического массажа; - системы массажа.	12	5
5	<i>Мини-зачет по практическим навыкам №3:</i> - техника и частные методики массажа на отдельных участках тела.	14	5
6	<i>Зачет по теоретическому материалу № 3:</i> - классификация спортивного массажа;	16	5

	- классификация тренировочного массажа; - классификация предварительного массажа; - классификация восстановительного массажа; - массаж при спортивных травмах и повреждениях связанных со спортом; - самомассаж.		
7	Опрос на семинарах по темам	В течении семестра	5
8	Решение ситуационных задач	17	5
9	Защита реферата по выбранной теме	17 -18	15
10	Посещение занятий	В течение семестра	25
	зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий	10
3	Тестирование по пропущенным темам	10
4	Тестирование по пропущенным темам	15
5	Презентации по пропущенным темам	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М.Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.В.10. «Классический массаж»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Профиль:
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная, заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 108 часов (3 зачетных единицы).

2. **Семестр освоения дисциплины:** 4 семестр (очная форма обучения),
4 семестр (заочная форма обучения).

3. **Цель освоения дисциплины Б1.В.10. является:** подготовка специалистов, способных к целостному и систематическому анализу сложных проблем современной жизни общества на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа в системе физической культуры и спорта, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа специалистов по адаптивной физической культуре.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: Б1.В.10. «Классический массаж».**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	4		4

	занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий. ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными			

	возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами			

5. Краткое содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа	4					
2	1.1. История развития массажа	4			4		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			6		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4	2		4		
5	1.5. Виды классического массажа	4	2		4		
6	II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения	4					
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		4	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4		2	2		

12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4		2	2		
14	III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .	4					
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4		4	2		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4		4	8		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4		2	2		
21	3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4	2	8	8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4		2	2		
26	3.3. Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			2		
27	Зачет	4					
Итого часов: 108			8	42	58		Зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа	4	2		20		
2	1.1. История развития массажа	4			5		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование и гигиенические основы массажа	4			5		
4	1.4. Системы, методы и формы классического массажа	4			5		
5	1.5. Виды классического массажа	4			5		
6	II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения	4		8	40		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	4		2	6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		2	6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4		2	6		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	4			4		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4		2	6		

12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	4			6		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	4			6		
14	III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .	4		2	26		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа.	4			12		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	4			12		
17	3.2.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	4		2	12		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	4			4		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	4			4		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	4			4		
21	3.2.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	4			8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	4			2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	4			2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	4			2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	4			2		
26	3.3. Термогидропроцедуры и массаж в практике физического воспитания	4			2		
27	Зачет	4					
Итого часов:		108	2	10	96		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.11 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель:

Иванова Надежда Леонидовна, к.п.н., доц., доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини РГУФКСМиТ

Рецензент:

Тарасов Александр Викторович, к.м.н., доц., доцент кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при заболеваниях органов дыхания студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)».

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина Б1.В.11 «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания» относится к модулю профильных дисциплин, обязательным дисциплинам вариативной части ООП, преподается на 2 курсе обучения (в 4 семестре) - очная форма обучения.

Изучению дисциплины должно предшествовать изучение следующих учебных дисциплин: анатомии, физиологии, теоретико-методологических основ физической реабилитации, общей патологии и тератологии, частной патологии.

Знания, умения и навыки, полученные в рамках изучения данной дисциплины, будут необходимы студентам при прохождении различных видов практик на последующих курсах обучения, а также для подготовки к Итоговой государственной аттестации.

Дисциплина «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

Учебная работа по освоению курса проводится в форме лекционных и практических занятий в Университет, а также в форме самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «ЛФК при заболеваниях органов дыхания», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ПК-1	ПК-1. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры (АФК) направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры (ЛФК), массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	4	4
ПК-1.1	ПК-1.1. Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	4	4
ПК-1.2	ПК-1.2. Знает: Классификацию физических упражнений в ЛФК; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК.	4	4
ПК-1.3	ПК-1.3. Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при	4	4

	деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Анатомо-физиологическая характеристика дыхательной системы.	4	2	6	7		
2.	Общие основы применения средств ЛФК при ЗОД.	4	2	6	8		
3.	ЛФК при пневмониях и плевритах.	4	4	6	8		
4.	ЛФК при бронхиальной астме и эмфиземе легких.	4	4	6	8		
5.	ЛФК при бронхитах и бронхоэктатической болезни.	4	2	6	8		
6. Л	ФК при хронической обструктивной болезни лёгких и пневмосклерозе.	4	2	6	8		
	Итого	108	16	36	47	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен. В экзаменационном задании по дисциплине 3 пункта: 2 вопроса и 1 ситуационная задача.

Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену по курсу «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»

1. Дайте анатомо-физиологическую характеристику дыхательной системы.
2. Перечислите основные причины возникновения ЗОД.
3. Каковы клинические проявления заболеваний органов дыхания (ЗОД).
4. Основные средства ЛФК, применяемые при ЗОД.
5. Перечислите формы ЛФК, применяемые при ЗОД.
6. Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
7. Основы методики ЛФК при ЗОД. Физические упражнения (ОРУ, ДУ и др.), виды дыхания.
8. Понятие о «пневмонии», формы, виды; этиология пневмоний.
9. Патогенез и клинические проявления пневмоний.
10. Каковы механизмы лечебного действия средств ЛФК при пневмонии.
11. Задачи, средства и методика ЛФК после перенесённой пневмонии.
12. Специальные упражнения при пневмонии.
13. Плевриты, виды. Этиология и патогенез.

14. Клинические проявления плевритов.
15. Механизмы лечебного действия средств ЛФК при плевритах.
16. Методика проведения занятий лечебной гимнастикой при плевритах.
17. Специальные упражнения, включаемые в занятия ЛГ при плевритах.
18. Бронхиальная астма, понятие о заболевании, классификация.
19. Этиопатогенез и клинические проявления бронхиальной астмы.
20. Механизмы лечебного действия средств ЛФК при бронхиальной астме.
21. ЛФК при бронхиальной астме: задачи и методика.
22. Назовите специальные упражнения при бронхиальной астме.
23. Понятие об «эмфиземе лёгких», этиология и патогенез.
24. Клинические проявления эмфиземы лёгких.
25. Задачи, средства и методика ЛФК при эмфиземе лёгких.
26. Специальные упражнения при эмфиземе лёгких.
27. Бронхиты, виды. Этиология и патогенез бронхитов.
28. Клиническая картина острых и хронических бронхитов.
29. Средства и формы ЛФК при остром и хроническом бронхитах.
30. Роль специальных упражнений при реабилитации больных с бронхитами.
31. Понятие о «бронхоэктатической болезни (ББ)», этиопатогенез.
32. Клинические проявления ББ.
33. Задачи и методика ЛФК при ББ.
34. Дренажные положения («постуральный дренаж») при реабилитации больных с ЗОД.
35. Понятие о пневмосклерозе, этиопатогенез, клинические проявления.
36. Методика ЛФК при пневмосклерозе (задачи, средства и формы ЛФК, специальные упражнения).
37. Понятие о ХОБЛ, этиология, патогенез.
38. Клинические проявления ХОБЛ.
39. Задачи и методика ЛФК при ХОБЛ.
40. Раскройте методику применения «активного цикла

- дыхания». 41.Понятие об «аутогенном дренаже», применяемом при ЗОД.
- 42.Тренажёрные технологии, используемые при ЗОД.
- 43.Дыхательные тренажёры, применяемые при ЗОД.
- 44.Методика фитболтерапии (занятий с большими гимнастическими мячами) при ЗОД.
- 45.Лечебный массаж при заболеваниях органов дыхания.
- 46.Врачебно-педагогический контроль за адекватностью и эффективностью физической реабилитации больных с ЗОД.
47. Проба Штанге (методика проведения, оценка результатов). 48.Проба Генчи (методика проведения, оценка результатов).
- 49.Методика компьютерной спирометрии, исследуемые показатели ФВД.
50. Метод пикфлоуметрии: цель и методика исследования.

Перечень ситуационных задач

Задача №1. Пациент 40 лет. Диагноз: бронхиальная астма, атопическая форма, средняя тяжесть течения. Болен в течение одного года, отмечает неоднократные обострения. Находится в состоянии ремиссии. Поликлинический этап реабилитации.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного пациента.

Задача №2. Пациентка 36 лет. Диагноз: хронический бронхит, бронхоэктазы в нижней доле левого легкого. Больна в течение 11 лет. 10-й день в стационаре. В настоящее время состояние удовлетворительное, температура нормальная. Этап реабилитации стационарный.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Перечислите средства ЛФК.
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №3. Пациентка 25 лет. Диагноз: острая нижнедолевая правосторонняя пневмония, 8-й день болезни. Жалобы на боли в нижнем отделе грудной клетки справа при глубоком дыхании. Кашель с трудноотделяемой слизисто-гнойной мокротой, температура 37,2°C.

1. Сформулируйте первоочередную задачу физической реабилитации.
2. Сформулируйте задачи восстановительного лечения (ЛФК).
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №4. Пациент 5 лет. Диагноз: острый бронхит. В стационаре 4 день. Температура 37,1°C, кашель влажный.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №5. Пациент 68 лет. Диагноз: хроническая обструктивная болезнь лёгких, средней степени тяжести. Жалобы на одышку и кашель с трудноотделяемой мокротой. Этап реабилитации: поликлинический.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №6. Пациент 75 лет. Диагноз: пневмосклероз верхних сегментов правого лёгкого. Жалобы: одышка, кашель. Этап реабилитации: санаторный. Находится в санатории 3 день.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №7. Пациентка 65 лет. Диагноз: бронхиальная астма, средней степени тяжести. Болеет 10 лет, стадия затухающего обострения. Жалобы на одышку, слабость. Стационарный этап реабилитации. В стационаре 5 день.

1. Определите двигательный режим.

2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите средства ЛФК.
4. Предложите специальные упражнения.

Задача №8. Пациент 30 лет. Диагноз: правосторонний экссудативный плеврит. 3-й день заболевания. Удалено 150 мл экссудата из правой плевральной полости. Состояние удовлетворительное, температура 37,0°C, отмечает незначительную болезненность в нижнем отделе правой половины грудной клетки при глубоком дыхании.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Назовите средства ЛФК.
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №9. Пациент 15 лет. Диагноз: правосторонняя среднедолевая пневмония. В стационаре 4 день. Температура 37,0°C, кашель влажный, жалобы на боль в грудной клетке при кашле.

1. Сформулируйте первоочередную задачу физической реабилитации.
2. Сформулируйте задачи восстановительного лечения (ЛФК).
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №10. Пациент 70 лет. Диагноз: эмфизема лёгких. Болен 15 лет, стадия ремиссии. Жалобы на одышку, кашель. Поликлинический этап реабилитации.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №11. Пациент 78 лет. Диагноз: хроническая обструктивная болезнь лёгких, лёгкой степени тяжести. Жалобы на одышку и кашель с трудноотделяемой мокротой. Этап реабилитации: санаторный.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.

2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.

3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №12. Пациент 46 лет. Диагноз: бронхоэктатическая болезнь, бронхоэктазы в верхней доле правого лёгкого. 7-й день в стационаре. В настоящее время состояние удовлетворительное, температура нормальная. Жалобы на кашель с мокротой, периодически возникающую одышку. Этап реабилитации стационарный.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите средства ЛФК.
4. Предложите специальные упражнения.

Задача №13. Пациентка 60 лет. Диагноз: левосторонний сухой плеврит. 4-й день заболевания. Состояние удовлетворительное, температура 37,0°C, отмечает незначительную болезненность в нижнем отделе левой половины грудной клетки при глубоком дыхании.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Назовите средства ЛФК.
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №14. Пациент 46 лет. Диагноз: хронический бронхит. Болен в течение 11 лет. В настоящее время состояние удовлетворительное, температура нормальная. Жалобы на периодически возникающую одышку и кашель с трудноотделяемой мокротой. Этап реабилитации санаторный.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Перечислите средства ЛФК.
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №15. Пациент 75 лет. Диагноз: ХОБЛ, средней степени тяжести.

3-ий день в стационаре. Жалобы на одышку и кашель с трудноотделяемой мокротой. Температура нормальная. Этап реабилитации: стационарный.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №16. Пациентка 48 лет. Диагноз: бронхоэктатическая болезнь бронхоэктазы в нижней доле правого лёгкого, период ремиссии заболевания. Температура нормальная. Жалобы: на периодически возникающую одышку. Этап реабилитации: санаторный. Находится в санатории 4 день.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №17. Пациентка 65 лет. Диагноз: бронхиальная астма, атопическая форма, средней степени тяжести. Болеет 15 лет, стадия ремиссии. Санаторный этап реабилитации. В санатории находится 3-й день.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите средства ЛФК.
4. Предложите специальные упражнения.

Задача №18. Пациент 25 лет. Диагноз: острый бронхит с обструктивным синдромом. В стационаре 3-ий день. Температура 37,0°C, кашель сухой, приступообразный.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №19. Пациент 76 лет. Диагноз: эмфизема лёгких. Болен 10 лет, стадия ремиссии. Жалобы на одышку, кашель. Санаторный этап реабилитации.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №20. Пациентка 35 лет. Диагноз: острая верхнедолевая левосторонняя пневмония, 6-й день болезни. Жалобы на боли в верхнем отделе грудной клетки слева при глубоком дыхании. Кашель с трудноотделяемой слизисто-гнойной мокротой, температура 37,0°C.

1. Сформулируйте первоочередную задачу физической реабилитации.
2. Сформулируйте задачи восстановительного лечения (ЛФК).
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №21. Пациент 55 лет. Диагноз: хроническая пневмония (правосторонняя нижнедолевая). Период ремиссии заболевания. Состояние удовлетворительное. Санаторный этап реабилитации

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Назовите средства и формы ЛФК.
3. Предложите специальные упражнения.

Задача №22. Пациент 75 лет. Диагноз: пневмосклероз нижних сегментов правого лёгкого. Жалобы: одышка, сухой кашель. Этап реабилитации: поликлинический.

1. Сформулируйте задачи ЛФК.
2. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №23. Пациент 18 лет. Диагноз: острый бронхит. В стационаре 3-ий день. Температура 37,0°C, кашель влажный, приступообразный.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Выберите средства и формы ЛФК для решения поставленных задач.
3. Предложите специальные упражнения для данного больного.

Задача №24. Пациент 26 лет. Диагноз: бронхоэктатическая болезнь, бронхоэктазы в нижней доле левого лёгкого. 5-й день в стационаре. В настоящее время состояние удовлетворительное, температура нормальная. Жалобы на кашель с обильной мокротой, периодически возникающую одышку. Этап

реабилитации стационарный.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите средства ЛФК.
4. Предложите специальные упражнения.

Задача №25. Пациент 63 года. Диагноз: бронхиальная астма, средней степени тяжести. Больна 20 лет, стадия обострения. Жалобы на одышку. Стационарный этап реабилитации. В стационаре 4 день.

1. Определите двигательный режим.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите средства ЛФК.
4. Предложите специальные упражнения.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Иванова, Н.Л. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания: курс лекций для студентов РГУФКСМиТ, по направлению подгот. 49.03.02: профиль подгот. - "Лечеб. физ. культура": квалификация выпускника - бакалавр: формы обучения: оч., заоч., заоч. ускорен. / Иванова Н.Л.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. физ. реабилитации и оздоровит. физ. культуры. - Москва, 2017. - 91 с. - URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363655.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363655.pdf)
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=363655&DocQuerID=11682861&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. Иванова, Н.Л. Частная патология: разд.: "Заболевания органов дыхания", "Болезни системы кровообращения", "Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ", "Заболевания мочевыдел. системы": курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.03.02: профили подгот.: "Физ. реабилитация", "Лечеб. физ. культура", "Адапт. физ. воспитание": квалификация выпускника - бакалавр: формы обучения: оч., заоч. / Иванова Н.Л., Добрынина Л.А.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и ОФК им. И.М. Саркизов-Серазини. - Москва, 2023. – 127 с. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=363583&DocQuerID=11682864&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

б) Дополнительная литература:

1. Бирюков, А.А. Лечебный массаж [Электронный ресурс] : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности физ. культуры : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту : Доп. УМО / Бирюков Анатолий Андреевич. - М.: Academia, 2004. - 361 с.: ил. URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/117848.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=117848&DocQuerID=11682865&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

2. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учеб. к использованию в образоват. учреждениях, реализующих образоват. прогр. ВО проф. подгот. по дисциплине "Лечеб. физ. культура" : по направлению подгот. "Пед. образование" : квалификация выпускника - бакалавр : рек. ФГБОУ ВО "Рос. гос. пед. ун-т им. А.И.Герцена / Э.Н. Вайнер ; М-во образования и науки РФ, ФГАУ "Федер. ин-т развития образования". - М.: КНОРУС, 2018. - 345 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=289389&DocQuerID=11682868&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

3.Иванова, Н.Л. Комплексная реабилитация больных с хронической обструктивной болезнью легких / Н.Л. Иванова // Лечебная физкультура и спортивная медицина. - 2010. - №4. - С. 57-60. - URL: [http://lfksport.ru/pdf/2010/LFK_04_\(76\)_2010.pdf](http://lfksport.ru/pdf/2010/LFK_04_(76)_2010.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=184364&DocQuerID=11682869&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

4. Иванова, Н.Л. Комплексная реабилитация больных с хронической обструктивной болезнью легких / Н.Л. Иванова // Лечебная физкультура и спортивная медицина. - 2010. - №5. - С. 56-61. - URL: [http://lfksport.ru/pdf/2010/LFK_05_\(77\)_2010.pdf](http://lfksport.ru/pdf/2010/LFK_05_(77)_2010.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=184637&DocQuerID=11682869&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Иванова, Н.Л. Применение скандинавской ходьбы при заболеваниях дыхательной системы: обзор исслед. [Электронный ресурс] // Физ. реабилитация в соврем. о-ве : материалы итоговой науч.-практ. конф. каф. физ. реабилитации, массажа и оздоров. физ. культуры им. Н.М. Саркизова-Серазини, 23 дек. 2021 г. / Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2021. - С. 68-72. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/347868.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=354755&DocQuerID=11682870&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

6. Лечебная физическая культура: учебно-методическое пособие / В.С. Мартынихин, С.К. Гончарова, А.И. Бабушкина, М.М. Вишейко. - Малаховка:

МГАФК, 2012. - 81с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772266>

7. Сапего, А.В. Физическая реабилитация: учебное пособие: [16+] / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников; Кемеровский государственный университет, Кафедра медико-биологич. основ физического воспитания и спортивных дисциплин. – Кемерово: Кемеровский госуд. университет, 2014. – 210 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925>

8. Физическая реабилитация [электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / ред. Попов С.Н. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 603 с.: ил. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf>

9. Комплексная реабилитация детей младшего школьного возраста с бронхиальной астмой средствами физической культуры специальной направленности/ Захарова Л.С., Иванова Н.Л.// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1998. - №2. - С. 53-55. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/1998N2/p53-55.htm>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=95954&DocQuerID=11682892&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=95954&DocQuerID=11682892&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(rucml.ru\).](http://rucml.ru)
- 3) [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\).](http://sportmedicine.ru)
- 4) [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\).](http://elibrary.ru)
- 5) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)
- 6) [Национальная электронная библиотека - федеральная государственная](#)

[информационная система \(rusneb.ru\).](http://rusneb.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1) [Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

2) Медико-биологический информационный портал для специалистов ([Медлайн.ру](http://medlajn.ru)).

3) Библиографическая и реферативная база данных публикаций по биомедицине (<https://medj.rucml.ru/>).

4) Официальный сайт «Союз реабилитологов России» (<https://rehabrus.ru/>).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Б1.В.11 «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»
для обучающихся института ТРРиФ 2 курса, направления подготовки
49.03.02
«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»
профиля ЛФК очной формы обучения**

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 4 семестр (очная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Коллоквиум по теме «Анатомо-физиологическая характеристика дыхательной системы».	25 неделя	6 баллов
2	Устный опрос по теме «Общие основы ЛФК при заболеваниях органов дыхания (ЗОД)».	27 неделя	8 баллов
3	Доклад по темам: «ЛФК при пневмониях и плевритах», «ЛФК при бронхиальной астме и эмфиземе легких», «ЛФК при бронхитах и бронхоэктатической болезни» и др.	28-35 недели	25 баллов (за 1 доклад)
4	Тест на тему «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»	35 неделя	7 баллов
5	Составление и защита примерного комплекса занятия лечебной гимнастикой (ЛГ)	28-38 недели	6 баллов
6	Решение ситуационных задач	30-42 недели	5 баллов (за 1 задачу)
7	Посещение занятий (лекционных и практических).	В течение семестра	13 б. = 0,5 балла за 1 занятие (26 занятий)
8	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Общие основы ЛФК при заболеваниях органов дыхания», пропущенной студентом	10

2	Написание и защита примерного комплекса занятия ЛГ при ЗОД в зале.	5
3	Написание и защита примерного комплекса занятия по ЛГ при ЗОД в бассейне.	5
4	Тестирование по теме «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»	10
5	Написание реферата по теме «ЛФК при бронхиальной астме и эмфиземе легких», пропущенной студентом	10
6	Презентация по теме «ЛФК после перенесенных пневмоний и плевритов», пропущенной студентом	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.11 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ»**

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: 3 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 4 семестр (очная форма обучения).

3. Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при заболеваниях органов дыхания (ЗОД) студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ПК-1	ПК-1. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры (АФК) направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры (ЛФК), массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	4	4
ПК-1.1	ПК-1.1. Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	4	4

ПК-1.2	ПК-1.2. Знает: Классификацию физических упражнений в ЛФК; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК.	4	4
ПК-1.3	ПК-1.3. Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	4	4

5. Краткое содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Анатомо-физиологическая характеристика дыхательной системы.	4	2	6	7		
2.	Общие основы применения средств ЛФК при ЗОД.	4	2	6	8		
3.	ЛФК при пневмониях и плевритах.	4	4	6	8		
4.	ЛФК при бронхиальной астме и эмфиземе легких.	4	4	6	8		
5.	ЛФК при бронхитах и бронхоэктатической болезни.	4	2	6	8		
6.	ЛФК при хронической обструктивной болезни лёгких и пневмосклерозе.	4	2	6	8		
	Итого	108	16	36	47	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса**

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М Саркизова-Серазини**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.12 «Лечебная физическая культура в
педиатрии»**

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

Профиль: «Лечебная физическая
культура»

Уровень образования:

бакалавриат

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом Института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
Протокол № 2 от «12» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «03» сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «01» сентября 2022г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «07» сентября 2023г.

Рабочая программа дисциплины(модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «07» сентября 2024г.

Составитель: Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»

Михайлин Григорий Андреевич преподаватель кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры спортивной медицины

1. Цель освоения дисциплины «Лечебная физическая культура в педиатрии»: обеспечить освоение обучающимися глубоких знаний в области теоретических основ педиатрии, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у обучающихся умения осуществлять поиск эффективных форм, средств, методов физической реабилитации в педиатрии с учетом возрастных изменений жизненно важных органов и систем, а также особенностей патологии со стороны дыхательной, сердечно – сосудистой, пищеварительной и нервной систем, врожденных аномалий развития у детей в разные возрастные периоды. Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

«Лечебная физическая культура в педиатрии» относится к дисциплине вариативной части ООП. Обязательной дисциплиной 12 модуля профильных дисциплин.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теории и организации адаптивной физической культуры. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина «Лечебная физическая культура в педиатрии» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК). Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – Лечебная физическая культура. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА.

Дисциплина «Лечебная физическая культура в педиатрии» является фундаментальной теоретической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области физической реабилитации. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях для детей и подростков.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма	Очно-заочная	Заочная форма
1	3	5	6	7
ПК-1	Знать: - клинико-этиологические особенности различных заболеваний и травм, и их проявления в организме человека; - основные закономерности прогрессирования основного заболевания (дефекта) лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		
	Уметь: - анализировать и определять направленность и содержание реабилитационного процесса с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате заболевания или травмы; - оценивать степень и проявления прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - подбирать комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая лиц с инвалидностью)	5		
	Владеть: - навыками подбора и проведения комплекса мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая лиц с инвалидностью)	5		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 **зачетных единицы**,
144 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Анатомо – физиологическая характеристика детского организма в разные возрастные периоды: - Анатомо – физиологические особенности ребенка первого года жизни; - Анатомо – физиологические особенности детского организма с третьего по седьмой периоды созревания	5	4	8	10		
2	ЛФК у детей с врожденной аномалией развития опорно – двигательного и мышечно – связочного аппаратов: - ЛФК при врожденной мышечной кривошее; - ЛФК при врожденных вывихах бедра; - ЛФК при врожденной косолапости; - ЛФК при пупочной грыже	5	4	8	12		
3	ЛФК при заболеваниях органов дыхания у детей: - Морфофункциональные особенности дыхательной системы	5	2	8	10		

	детей; - ЛФК при бронхиальной астме; - ЛФК при острой пневмонии						
4	ЛФК при заболеваниях сердечно – сосудистой системы у детей: -Морфофункциональные особенности сердечно – сосудистой системы у детей разных возрастных групп; - ЛФК при ревматизме у детей; - ЛФК при миокардитах; - ЛФК при врожденных и приобретенных пороках сердца у детей	5	2	8	12		
5	ЛФК при расстройствах обмена веществ и заболеваниях органов пищеварения: -Морфофункциональные особенности пищеварительной системы у детей; -Особенности ЛФК при рахите; - ЛФК при гипотрофии; - ЛФК при сахарном диабете у детей; - ЛФК при ожирении у детей; -ЛФК при хронических гастритах и язвенной болезни желудка	5	2	8	12		
6	ЛФК при заболеваниях нервной системы у детей: - Анатомо – физиологические особенности нервной системы у детей; - Перинатальные поражения центральной нервной системы; - ЛФК детей с нарушениями психомоторного развития; - ЛФК детей с детским церебральным параличом; - ЛФК детей с миопатией	5	4	8	13		
Итого часов: 144			18	48	69	9	К/Р Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации – экзамен (ответы на заданные вопросы).

1. Анатомо – физиологическая характеристика детского организма в 1-2 возрастные периоды.

2. Анатомо – физиологическая характеристика детского организма в 3-4 возрастные периоды.

3. Анатомо – физиологическая характеристика детского организма в 5-6 возрастные периоды

4. Предрасполагающие факторы к развитию рахита. Клиническая характеристика периодов течения рахита.

5. Определение и причины приобретенной гипотрофии у детей раннего возраста. Клиническая картина и особенности использования средств лечебной физической культуры детей с гипотрофией в зависимости от степени тяжести заболевания.

6. Этиология и патогенез пупочной грыжи у детей грудного возраста. Клиническая картина и методы лечения пупочной грыжи. Задачи и средства лечебной физической культуры.

7. Этиология и течение дисплазии тазобедренного сустава. Классификация дисплазии тазобедренного сустава.

8. Клиническая симптоматика врожденного вывиха бедра у детей до 1 года и старше 1 года. Методы лечения врожденного вывиха бедра.

9. Определение и причины врожденной косолапости. Клинические признаки косолапости.

10. Патологические изменения стопы при врожденной косолапости. Основные методы лечения.

11. Определение, этиология и основные клинические признаки врожденной мышечной кривошеи у новорожденных.

12. Клиническая картина врожденной мышечной кривошеи с учетом вторичных изменений при средней и тяжелой степенях течения заболевания.

13. Определение и этиология детского церебрального паралича (ДЦП). Характеристика основных клинических форм ДЦП.

14. Определение ревматизма. Причины и клиническая картина. Задачи, формы и средства лечебной физической культуры с учетом периода активной фазы ревматизма.

15. Характеристика анатомо – физиологических особенностей дыхательной системы у детей. Причины, вызывающие заболевания органов дыхания у детей.

16. Краткая характеристика клинических проявлений и осложнений при инфекционных заболеваниях детского возраста.

17. Понятие о часто болеющих детях.

18. Понятие об острой ревматической лихорадке. Этиология и патогенез.

19. Понятие о функциональных нарушениях в работе сердца детей (причины, проявления). Распространенность.

20. Клиническая картина врожденного вывиха бедра (ВВБ) – ранние и поздние признаки. Осложнения.

21. Классификация и клиническая картина перинатальных поражений центральной нервной системы.

22. Характеристика тонических врожденных рефлексов здорового ребенка.

23. Принципы и общие методические указания при использовании средств и форм лечебной физической культуры в педиатрии.

24. Средства лечебной физической культуры детей с рахитом. Задачи и особенности построения занятий лечебной гимнастики в зависимости от периода течения рахита.

25. Методика применения физических упражнений при консервативном лечении врожденного вывиха бедра.

26. Задачи ЛФК и специальные упражнения, рекомендуемые в предоперационном периоде при оперативном лечении врожденного вывиха бедра.

27. Задачи ЛФК и методические особенности использования упражнений лечебной гимнастики в послеоперационном периоде лечения врожденного вывиха бедра.

28. Задачи, формы и средства 1 этапа лечебной физической культуры при консервативном лечении врожденной косолапости.

29. Задачи, формы и средства 2 и 3 этапов ЛФК при лечении врожденной косолапости.

30. Задачи, формы и средства ЛФК в послеоперационном периоде лечения врожденной косолапости.

31. Охарактеризовать периоды восстановительного лечения и группы упражнений лечебной гимнастики для больных ДЦП.

32. Задачи ЛФК и особенность применения основных средств физической реабилитации при ДЦП.

33. Задачи и средства лечебной гимнастики для ЧБД после выхода в образовательные учреждения.

34. Содержание курса ЛФК после очередного обострения, методика ОФК и закаливания в период ремиссии.

35. Задачи, формы и средства ЛФК при пневмонии на стационарном этапе физической реабилитации.

36. Задачи, формы и средства ЛФК при пневмонии на санаторном этапе физической реабилитации.

37. Задачи, формы и средства ЛФК при пневмонии на поликлиническом этапе физической реабилитации.

38. Задачи, средства ЛФК и методика лечебной гимнастики при гипотрофии 1,2,3 степени.

39. Характеристика упражнений, увеличивающих подвижность грудной клетки.

40. Особенности развития движений у детей раннего и дошкольного возраста.

41. Гидрокинезотерапия как метод физической коррекции врожденной мышечной кривошеи у новорожденных.

42. Разработать методику занятий лечебной гимнастикой с использованием корригирующих упражнений при врожденной косолапости для ребенка 2х летнего возраста. Описать технику бинтования, как самостоятельного метода лечения врожденной косолапости.

43. Раскрыть методы лечения врожденной мышечной кривошеи. Разработать программу ЛФК при односторонней мышечной кривошеи с использованием активных и пассивных средств реабилитации.

44. Разработать методику занятий лечебной гимнастикой при врожденной мышечной кривошеи с учетом периодов реабилитации при оперативном методе лечения.

45. Обозначить методические особенности в построении занятий лечебной гимнастикой для детей дошкольного и школьного возраста при бронхиальной астме. Разработать комплекс упражнений лечебной гимнастики для детей шестилетнего возраста с бронхиальной астмой в период ремиссии.

46. Перечислить методические особенности использования активных и пассивных средств ЛФК при рахите. Составить программу ЛФК при рахите у детей с учетом остаточных явлений.

47. Разработать примерный комплекс лечебной гимнастики для ребенка 8 месяцев с врожденной косолапостью (консервативный метод лечения).

48. Охарактеризовать средства ЛФК при консервативном и оперативном методах лечения врожденного вывиха бедра.

Составить комплекс лечебной гимнастики в предоперационный период при врожденном вывихе бедра.

49. Охарактеризовать особенности физического состояния ребенка после хирургического лечения врожденной мышечной кривошеи. Разработать программу ЛФК при врожденной мышечной кривошеи в предоперационный, послеоперационный и восстановительный периоды реабилитации.

50. Разработать и обозначить методические особенности применения программы ЛФК детей с дисплазией тазобедренного сустава в зависимости от вида ортопедического лечения (с использованием стремян Павлика).

51. Разработать и обозначить методические особенности применения программы ЛФК детей с дисплазией тазобедренного сустава в зависимости от вида ортопедического лечения (функциональная гипсовая повязка).

52. Разработать программу ЛФК детей с дисплазией тазобедренного сустава в зависимости от вида ортопедического лечения (методики постепенного вытяжения в вертикальной плоскости – «overhead»).

53. Лечебная физическая культура в резидуальном периоде ДЦП в зависимости от тяжести остаточных явлений.

54. Средства ЛФК детей с рахитом. Задачи и особенности построения занятий лечебной гимнастики в зависимости от периода течения рахита.

55. Характеристика нарушений двигательной сферы, расстройств органов чувств, нарушений мышечного тонуса, социальной ориентации больных ДЦП

56. Особенности методики ЛФК при бронхиальной астме для детей дошкольного возраста.

57. Роль физической реабилитации при детских инфекционных заболеваниях.

58. Методика занятий лечебной гимнастикой на стационарном этапе физической реабилитации при хирургическом методе лечения врожденных пороков сердца.

59. Характеристика трех периодов физической реабилитации в активной фазе ревматической лихорадки (щадящий, функциональный, тренировочный).

60. Три этапа лечения и реабилитации детей с ревматизмом.

61. Понятие о ДЦП. Формы. Общие особенности физической реабилитации детей.

62. Задачи лечебной гимнастики при ДЦП. Содержание методики.

63. Задачи лечебной гимнастики при миопатии. Содержание методики лечебной гимнастики детей дошкольного возраста.

64. Разработать примерный комплекс лечебной гимнастики для ребенка 4 лет с врожденной косолапостью (консервативный метод лечения) в условиях ДОО.

65. Задачи и методика лечебной гимнастики при функциональных нарушениях в работе сердца у детей на поликлиническом этапе реабилитации.

66. Задачи и методика лечебной гимнастики при остром бронхите первый период лечения.

67. Задачи и методика лечебной гимнастики при остром бронхите на поликлиническом этапе реабилитации.

68. Характеристика пассивных специальных упражнений при врожденной косолапости

69. Охарактеризовать лечение положением при ВВБ.

70. Диетотерапия, физиотерапия и фитотерапия в комплексной программе ЛФК детей с язвенной болезнью желудка.

71. Задачи лечебной гимнастики при врожденном вывихе бедра.

72. Разработать примерный комплекс лечебной гимнастики для ребенка 5 лет с остаточными проявлениями ВВБ.

73. Разработать примерный комплекс лечебной гимнастики и массажа для ребенка 6 месяцев с ВВБ.

74. Лечебная физическая культура в резидуальном периоде ДЦП в зависимости от тяжести остаточных явлений.

75. Основные варианты последствий перинатального поражения центральной нервной системы у детей раннего возраста.

Темы курсовых работ:

1. Характеристика средств лечебной физической культуры при врожденной мышечной кривошее.

2. Лечебная физическая культура для детей с врожденной мышечной кривошеей при консервативном методе лечения.

3. Лечебная физическая культура для детей с врожденной мышечной кривошеей при хирургическом методе лечения.

4. Гидрокинезотерапия и физиотерапия в физической реабилитации детей с врожденной мышечной кривошеей.

5. Лечебная физическая культура при хирургическом методе лечения врожденной косолапости.

6. Лечебная физическая культура при бронхиальной астме для детей дошкольного и школьного возраста.

7. Лечебная физическая культура для детей с ревматизмом на санаторном этапе.

8. Методика занятий лечебной гимнастикой на стационарном этапе при хирургическом методе лечения врожденных пороков сердца.

9. Лечебная физическая культура в период разгара и реконвалесценции рахита у детей.

10. Лечебная физическая культура при сахарном диабете у детей.

11. Применение естественных и преформированных физических факторов в реабилитации детей с ожирением.

12. Лечебная физическая культура при язвенной болезни желудка у детей в период обострения и период ремиссии.

13. Средства и формы лечебной физической культуры, направленные на восстановление основных функций конечностей (по методикам Боббат, Войта, лечение положением) детей с нарушениями психомоторного развития вследствие поражения нервной системы.

14. Гидрокинезотерапия при миопатиях у детей.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Лечебная физическая культура в педиатрии: учебное пособие / Т.В. Карасева, Т.В. Гиголаева, А.И. Замогильнов, А.Н. Нестеров, Е.В. Перевозчикова, С.Ю. Толстова, Е.В. Руженская, А.С. Махов .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010 .— 225 с. <https://lib.rucont.ru/efd/152934>

2. Физическая реабилитация в педиатрии / Н. Н. Сетяева, Ю. В. Яковых .— Тобольск : ТГСПА им. Д. И. Менделеева, 2012 .— 210с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=314505>

б) Дополнительная литература:

1. Аксенова, А.М. Миотерапия детей раннего возраста с перинатальным поражением центральной нервной системы / А.М. Аксенова // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2010. - N 11. - С. 32-41. [lfksport.ru/pdf/2010/LFK_11_\(83\)_2010.pdf](http://lfksport.ru/pdf/2010/LFK_11_(83)_2010.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186996&DocQuerID=11682900&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. Аксенова, А.М. Реабилитация детей с дисплазией тазобедренных суставов / А.М. Аксенова, Н.И. Аксенова, Т.А. Поворознюк // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2009. - N 1. - С. 22-29. [lfksport.ru/pdf/2009/LFK_1_\(61\)_2009.pdf](http://lfksport.ru/pdf/2009/LFK_1_(61)_2009.pdf)

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=170036&DocQuerID=11682901&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=170036&DocQuerID=11682901&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Бондарева, С.Н. Физическая реабилитация детей раннего возраста с врожденным вывихом бедра / С.Н. Бондарева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2007. - N 9 (31). - С. 15-18. lesgaft-notes.spb.ru/files/9-31-2007/p15-18.pdf

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=164625&DocQuerID=11682904&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=164625&DocQuerID=11682904&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Цицкишвили Н.И. Физическая реабилитация детей с хроническими неспецифическими заболеваниями легких / Н.И. Цицкишвили // Журнал Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов. - 2006. - N 3. - С. 35-36. URL : [HTTP://sportmed.ru/images/biblioteka/literatura/zhurnal-rasmirbi/2006/zhurnal-rasmirbi--2006-n20.pdf](http://sportmed.ru/images/biblioteka/literatura/zhurnal-rasmirbi/2006/zhurnal-rasmirbi--2006-n20.pdf)

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=142088&DocQuerID=11682905&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=142088&DocQuerID=11682905&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
2. [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

1. Операционная система – Microsoft Windows 10.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat Reader DC
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные и поисковые системы:

1. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля
2. [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru) Режим доступа: свободный

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля
2. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru) Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Лечебная физическая культура в педиатрии» для обучающихся
Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма Зкурса,
направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» Профиль: «Лечебная
физическая культура»
Очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М Саркизова-Серазини

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр (о.ф.о)

Форма промежуточной аттестации: **экзамен**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Анатомо – физиологические особенности детского организма с третьего по седьмой периоды созревания»	23 неделя	3
2	Выступление на семинаре «ЛФК при врожденных вывихах бедра»	24 неделя	3
3	Выступление на семинаре «ЛФК при бронхиальной астме»	25 неделя	3
4	Выступление на семинаре «ЛФК при ожирении у детей»	26 неделя	3
5	Выступление на семинаре «ЛФК детей с детским церебральным параличом»	27 неделя	3
6	Выполнение практического задания №1 по разделу	32 неделя	4

	«№2» «ЛФК при врожденных вывихах бедра»»		
7	Выполнение практического задания №2 по разделу «№2» «ЛФК при врожденной косолапости»	32 неделя	4
8	Тест по теме/модулю «ЛФК при заболеваниях органов дыхания у детей»	32 неделя	3
9	Написание реферата по теме «ЛФК при заболеваниях сердечно – сосудистой системы у детей»	32 неделя	6
10	Написание реферата по разделу «ЛФК при заболеваниях	32неделя	6
1 1	Презентация по теме «ЛФК при ревматизме у детей»	33 неделя	6
1 2	Презентация по теме «ЛФК у детей с миопатией»	34 неделя	6
1 3	Контрольная работа по разделу «ЛФК у детей с врожденной аномалией развития опорно – двигательного и мышечно – связочного аппаратов»	35 неделя	5
1 4	Контрольная работа по разделу «ЛФК при расстройствах обмена веществ и заболеваниях органов пищеварения»	36 неделя	5
1 5	Посещение занятий	В течение семестра	10 (1ч=0,14 б)
	экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу (№3) «ЛФК у детей с врожденной аномалией развития опорно – двигательного и мышечно – связочного аппаратов»	5
2	Контрольная работа по разделу «ЛФК при расстройствах обмена веществ и заболеваниях органов пищеварения»	5
3	Подготовка реферата по разделу, пропущенному студентом	10
4	Дополнительное тестирование по теме «ЛФК при заболеваниях органов дыхания у детей»	5
5	Написание реферата по теме «ЛФК при ревматизме у детей»	5
6	Презентация по теме «ЛФК при ревматизме у детей»»	10
7	Презентация по теме «ЛФК у детей с миопатией»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной

образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса Кафедра физической реабилитации, массажа и
оздоровительной
физической культуры им. И.М Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.12 «Лечебная физическая культура в педиатрии»

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

Профиль: «Лечебная физическая
культура»

Уровень образования:

бакалавриат

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц.

2. Семестр освоения дисциплины: 5(о.ф.о)

3. Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение обучающимися глубоких знаний в области теоретических основ педиатрии, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у обучающихся умения осуществлять поиск эффективных форм, средств, методов физической реабилитации в педиатрии с учетом возрастных изменений жизненно важных органов и систем, а также особенностей патологии со стороны дыхательной, сердечно – сосудистой, пищеварительной и нервной систем, врожденных аномалий развития у детей в разные возрастные периоды.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма	Очно-заочная	Заочная форма
1	3	5	6	7
ПК-1	Знать: - клинико-этиологические особенности различных заболеваний и травм, и их проявления в организме человека; - основные закономерности прогрессирования основного заболевания (дефекта) лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		
	Уметь: - уметь анализировать и определять направленность и содержание реабилитационного процесса с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате заболевания или травмы; - оценивать степень и проявления прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - подбирать комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая лиц с инвалидностью)	5		
	Владеть: навыками подбора и проведения комплекса мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая лиц с инвалидностью)	5		

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Анатомо – физиологическая характеристика детского организма в разные возрастные периоды: - Анатомо – физиологические особенности ребенка первого года жизни; - Анатомо – физиологические особенности детского организма с третьего по седьмой периоды созревания	5	4	8	10		
2	ЛФК у детей с врожденной аномалией развития опорно – двигательного и мышечно – связочного аппаратов: - ЛФК при врожденной мышечной кривошее; - ЛФК при врожденных вывихах бедра; - ЛФК при врожденной косолапости; - ЛФК при пупочной грыже	5	4	8	12		
3	ЛФК при заболеваниях органов дыхания у детей: -Морфофункциональные особенности дыхательной системы детей; - ЛФК при бронхиальной астме; - ЛФК при острой пневмонии	5	2	8	10		
4	ЛФК при заболеваниях сердечно – сосудистой системы у детей: -Морфофункциональные особенности сердечно – сосудистой системы у детей разных возрастных групп; - ЛФК при ревматизме у детей; - ЛФК при миокардитах; - ЛФК при врожденных и приобретенных пороках сердца у детей	5	2	8	12		
5	ЛФК при расстройствах обмена веществ и заболеваниях органов пищеварения: -Морфофункциональные особенности пищеварительной системы у детей; -Особенности ЛФК при рахите; - ЛФК при гипотрофии; - ЛФК при сахарном диабете у детей; - ЛФК при ожирении у детей; -ЛФК при хронических гастритах и язвенной болезни	5	2	8	12		

	желудка						
6	ЛФК при заболеваниях нервной системы у детей: - Анатомио – физиологические особенности нервной системы у детей; - Перинатальные поражения центральной нервной системы; - ЛФК детей с нарушениями психомоторного развития; - ЛФК детей с детским церебральным параличом; - ЛФК детей с миопатией	5	4	8	13		
Итого часов: 144			18	48	69	9	К/р Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-
Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.13 «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)»

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 5 от «24» октября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «03» сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «01» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «07» сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на
основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини
Протокол № 01 от «05» сентября 2024 г.

Составитель: Еремин Даниил Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, доцент
кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры».

Редакция: Лунина Наталья Владимировна - кандидат биологических наук, доцент, кафедры
физической реабилитации и оздоровительной физической культуры ФГБОУ ВО РУС
«ГЦОЛИФК».

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры спортивной
медицины

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры» является: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ гидротерапии/гидрокинезотерапии в лечебной физической культуре и целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры по данному направлению. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных видов гидротерапии, освоение принципов гидрокинезотерапии для применения данного метода в комплексной программе ЛФК при различных патологиях. Образовательная деятельность по дисциплине «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

«Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теоретико–методологических основ лечебной физической культуры, лечебной физической культуры в кардиологии, неврологии, пульмонологии и при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ, частных методик адаптивной физической культуры, теоретико-методических основ плавания. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – лечебная физическая культура. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина

«Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры» является фундаментальной теоретической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области ЛФК и физической реабилитации для пациентов, имеющих различные патологии ОДА, ССС, ДС, ЖКТ и т.д. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях, имеющих бассейны.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК-2 <i>Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления временно утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения</i>	ПК- 2.1. Знает: Основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека	5		
	ПК-2.2. Знает: Теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение	5		
	ПК-2.3. Умеет: Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико - физиологической оценки; оценивать анатомо - функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций	5		

реабилитационно о процесса.	ПК-2.4. Имеет опыт: Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации.	5		
	ПК-2.5. Имеет опыт: Определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов	5		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарско	Самостоятельн ая работа	Контроль	
1	Тема 1. Гидротерапия: - Физические свойства воды; - Механизмы воздействия водных процедур; - Обтирания, обливания, ножные ванны; - Закаливающие процедуры, компрессы, влажное укутывание; - Души, ванны, бани.	5	2	2	10		
2	Тема 2. Бальнеотерапия, талассотерапия: - Механизмы воздействия минеральных вод;	5	2	2	10		

	- Минеральные ванны; - Газовые ванны.						
3	Тема 3. Гидрокинезотерапия: - Механизмы действия гидрокинезотерапии; - Подводное вытяжение позвоночника; - Аквагимнастика; - Аквааэробика; - Аквафитнес; - Лечебное плавание.	5	2	4	10		
4	Тема 4. Организация гидротерапии: - Водолечебница; - Бассейны; - SPA-комплекс.	5	1	4	10		
5	Тема 5. Методические основы идротерапии: - Гидро- и бальнеореакции; - Хронобальнеотерапия; - Правило проведения гидрокинезотерапии и гидротерапии; - Комбинирование методов физиотерапии и гидрокинезотерапии.	5	1	4	8		
Итого часов: 72			8	16	48		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры».

Вопросы для зачета:

1. Физические свойства воды.
2. Механизмы воздействия водных процедур.
3. Дифференцированное действие тепловых и холодных гидропроцедур.
4. Общая, местная, полостная гидротерапия.
5. Обтирания, методика процедуры, механизм лечебного действия.
6. Обливания, методика процедуры, механизм лечебного действия.
7. Ножные ванны, методика процедуры, механизм лечебного действия.
8. Закаливание, принципы, критерии, дозирование методика процедуры, механизм лечебного действия.

9. Компрессы, методика процедуры, механизм лечебного действия.
10. Показания, противопоказания к применению гидропроцедур.
11. Влажное укутывание, методика процедуры, механизм лечебного действия.
12. Души, классификация, методика процедуры, механизм лечебного действия.
13. Ванны, классификация, методика процедуры, механизм лечебного действия.
14. Бани, виды бань, методика процедуры, механизм лечебного действия.
15. Гидроколлотерапия, методика процедуры, механизм лечебного действия.
16. Бальнеотерапия. Механизм воздействия минеральных вод, бальнеологические группы, минеральные ванны, газовые ванны.
17. Талассотерапия, виды, методика процедуры, механизмы лечебного действия.
18. Гидрокинезотерапия. Механизмы действия гидрокинезотерапии. Физиологические основы гидрокинезотерапии, дозировка, показания/противопоказания.
19. Современные и традиционные виды гидрокинезотерапии.
20. Подводное вытяжение, виды, методика процедуры, механизм лечебного действия.
21. Аквагимнастика, виды, методика процедуры, механизм лечебного действия.
22. Аквафитнес, виды, методика процедуры, механизм лечебного действия.
23. Аквааэробика, виды, методика процедуры, механизм лечебного действия.
24. Лечебное плавание. Медицинский контроль и самоконтроль при лечебном плавании. Методика лечебного плавания в бассейне.
25. Техника и особенности лечебного плавания различными стилями.
26. Организация гидротерапии. Водолечебницы, бассейны, SPA-комплексы.
27. Методические основы гидротерапии. Гидробальнеореакции, хронобальнеотерапия.
28. Особенности проведения индивидуальных и групповых занятий по лечебному плаванию и гидрокинезотерапии.

29. Гидрокинезотерапия в травматологии и ортопедии.
30. Лечебное плавание при травмах и заболеваниях ОДА.
31. Гидрокинезотерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
32. Лечебное плавание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
33. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов дыхания.
34. Лечебное плавание при заболеваниях органов дыхания.
35. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения.
36. Лечебное плавание при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, суставов и органов мочевого выделения.
37. Гидрокинезотерапия при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
38. Лечебное плавание при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
39. Гидрокинезотерапия при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков.
40. Лечебное плавание при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков.
41. Гидрокинезотерапия и лечебное плавание у инвалидов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Стельмашенок, В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие : [12+] / В. А. Стельмашенок, Н. В. Владимирова. – Минск : РИПО, 2015. – 328 с. : ил.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463688>

б) Дополнительная литература:

1. Егорова, С. А. Физическая реабилитация : учебное пособие : Направление подготовки 034300.62 – Физическая культура. Профиль подготовки «Спортивная тренировка». Бакалавриат / А. Л. Ворожбитова; С. А. Егорова .— Ставрополь : изд-во СКФУ, 2014 .— 176 с. : ил

<https://lib.rucont.ru/efd/304124>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. Web-медицина - профессиональная база данных (<https://webmed.irkutsk.ru/>)
2. МедУнивер - MedUniver.com (<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>)

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ
www.rsl.ru
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал -
<http://lfksport.ru>
5. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал -
<https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

1. Операционная система – Microsoft Windows 10.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
 3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat Reader DC
 4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» (<https://cyberleninka.ru/>)
3. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
4. [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)
[Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
- 2) [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

(<https://medj.rucml.ru/>)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры»

для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»,

профилю – Лечебная физическая культура. Очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 (очная ф.о) семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет.*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по Теме 1. «Гидротерапия»	В течение семестра	5
2	Выступление на семинаре по изучаемым темам	В течение семестра	5
3	Подготовка мультимедийного доклада по изучаемым темам	В течение семестра	25
4	Подготовка и демонстрация комплекса гидрокинезотерапии (ГКТ) по изучаемым темам	В течение семестра	25
5	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по Теме 1. «Гидротерапия»	5
2	Подготовка мультимедийного доклада по изучаемым темам	25
3	Подготовка и демонстрация комплекса гидрокинезотерапии (ГКТ) по изучаемым темам	25

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.13 «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестры освоения дисциплины (модуля): 5 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ гидротерапии/гидрокинезотерапии в лечебной физической культуре и целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры по данному направлению. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных видов гидротерапии, освоение принципов гидрокинезотерапии для применения данного метода в комплексной программе ЛФК при различных патологиях.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК-2 <i>Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления временно утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для</i>	ПК- 2.1. Знает: Основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека	5		
	ПК-2.2. Знает: Теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение	5		
	ПК-2.3. Умеет: Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико - физиологической оценки; оценивать анатомо - функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки	5		

успешного завершения реабилитационного процесса.	индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций			
	ПК-2.4. Имеет опыт: Разработки рекомендаций и оказания помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации.	5		
	ПК-2.5. Имеет опыт: Определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов	5		

5. Краткое содержание дисциплины: «Гидрокинезотерапия в курсе лечебной физической культуры»

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарские	Самостоятельная	Контроль	
1	Тема 1. Гидротерапия: - Физические свойства воды; - Механизмы воздействия водных процедур; - Обтирания, обливания, ножные ванны; - Закаливающие процедуры, компрессы, влажное укутывание; - Души, ванны, бани.	5	2	2	10		
2	Тема 2. Бальнеотерапия, талассотерапия: - Механизмы воздействия минеральных вод; - Минеральные ванны; - Газовые ванны.	5	2	2	10		
3	Тема 3. Гидрокинезотерапия: - Механизмы действия гидрокинезотерапии;	5	2	4	10		

	- Подводное вытяжение позвоночника; - Аквагимнастика; - Аквааэробика; - Аквафитнес; - Лечебное плавание.						
4	Тема 4. Организация гидротерапии: - Водолечебница; - Бассейны; - SPA-комплекс.	5	1	4	10		
5	Тема 5. Методические основы гидротерапии: - Гидро- и бальнеореакции; - Хронобальнеотерапия; - Правило проведения гидрокинезотерапии и гидротерапии; - Комбинирование методов физиотерапии и гидрокинезотерапии.	5	1	4	8		
Итого часов: 72			8	16	48		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.14 Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

профили:

«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная и заочная**
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол №2 от «03» сентября 2024г.

Составители: Махалин Аду Васильевич – к.б.н., доцент каф. ТиМ АФК;
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций». Целью данного курса является глубокое понимание компенсаторных процессов, происходящих в организме в процессе нормальной жизнедеятельности или в условиях ее нарушения

2 Место дисциплины в структуре ООП(ОПОП). Курс

«Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» относится к вариативной части обязательных дисциплин. Изучению курса

«Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» должно, по возможности, предшествовать изучение специальных дисциплин, в которых студентов знакомят с общими положениями строения анатомии человека, основными физиологическими механизмами, протекающими в организме, которая сформировалась и продолжает развиваться на стыке различных областей знания.

Знания, полученные в результате освоения этих дисциплин, позволят будущим специалистам – ориентироваться в вопросах биологии человека и использовать тренировочные нагрузки таким образом, чтобы они не приводили к патологическим изменениям жизненно важных систем организма. Данный курс реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК - 4	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; -			

особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	5		5
Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	5		5
Владеет: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.	5		5

4 Структура и содержание дисциплины ««Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов для очной и заочной формы обучения.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5	2	2			
2	Основные стадии компенсаторных процессов	5	2	2	8		
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5	2	4	10		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5		4	10		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5	2	4	10		
6	Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы	5	4	4	10		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	5		4	10		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5		4	10		
Итого часов: 108			12	28	68		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5 сем.			12		
2	Основные стадии компенсаторных	5 сем.	2		12		

	Процессов						
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5 сем.		2	12		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5 сем.		2	12		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5 сем.		2	12		
6	Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы	5 сем.		2	12		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	5 сем.			12		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5 сем.			14		
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов для зачета по курсу

«Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»:

1.Общая характеристика компенсаторных процессов. Их отличие от адаптационных реакций организма.

2.Уровни реализации компенсаторных процессов (клеточный, органный,

системный, межсистемный).

3. Этапы компенсаторных процессов(примеры).

4. Влияние скорости развития повреждения на компенсаторные процессы.

5. Формирование срочных компенсаторных процессов.

6. Теория функциональных системы П.К. Анохина. Структура функциональной системы.

7. Компенсаторные процессы с позиции функциональной системы (по П.К. Анохину).

8. Принципы формирования функциональной системы, компенсирующей функциональный дефект.

9. Формирование долговременных компенсаторных процессов. Взаимосвязь между функцией и генетическим аппаратом клетки.

10. Формирование долговременных компенсаторных процессов. Механизмы энергетического обеспечения компенсации.

11. Значение генетического аппарата клетки в механизмах саморегуляции.

12. Внутриклеточное звено компенсации нарушенных функций.

13. Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов.

14. Общий механизм компенсаторного процесса с позиций адаптационного процесса.

15. Основные стадии компенсаторных процессов. Характеристика стадии срочной компенсации и переходной стадии от срочной компенсации к долговременной.

16. Основные стадии компенсаторных процессов. Характеристика стадии устойчивой долговременной компенсации и стадии функциональной недостаточности.

17. Декомпенсация. Механизмы декомпенсации.

18. Общие закономерности компенсаторных процессов в ЦНС.

19. Характеристика свойств ЦНС, обеспечивающие механизмы компенсации нарушенных функций: полифункциональности, полисенсорности и полимодальности и др.

20. Ведущая роль коры в компенсации нарушенных функций. Три вида влияний коры больших полушарий на нижележащие отделы ЦНС при их компенсаторной перестройке.

21. Морфологические и функциональные изменения в нервной системе при компенсации нарушенных функций.

22. Биобратная связь в компенсации нарушенных функций нервной системы.

23. Роль коры головного мозга в компенсаторных процессах. Три вида влияния коры по Э. А. Асратяну.

24. Компенсаторная гипертрофия сердца при заболеваниях увеличивающих нагрузку на сердце.

25. Компенсаторная гипертрофия сердца при заболеваниях вызывающих повреждение самого миокарда.

26. Стадия декомпенсации при недостаточности гипертрофированного сердца.

27. Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте.

28. Понятие о гипертрофии и гиперплазии.

29. Характеристика процессов викаривания

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».

А) основная литература

Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учеб. пособие / С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова; С.Ф. Курдыбайло

. — Москва : Советский спорт, 2004. — 184

с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747885>

Б) Дополнительная литература : -

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [http:// www.medical-enc.ru/physiology/](http://www.medical-enc.ru/physiology/) Медицинский справочник
Физиология человека

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного

обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Спортивная медицина – электронные медицинские книги (<https://www.sportmedicine.ru/books.php>)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
4. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - https://www.informio.ru/.](https://www.informio.ru/)
5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)
6. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».

В процессе обучения используются аудитории для проведения лекций и практических занятий, компьютерные технологии, мультимедиа, библиотека ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Анатомический музей кафедры анатомии и биологической антропологии, кафедральная антропометрическая лаборатория.

В процессе реализации курса «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» необходимо следующее оборудование:

1. компьютерный класс с подключением к сети интернет;
2. мультимедиа проектор.

1) перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений: Кабинеты: анатомии человека;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
профилям Адаптивное физическое воспитание, формы (м) обучения

I. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

очная и заочная

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр для очной формы обучения и 3 курс для заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачет для очной формы обучения

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА ВБАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по выбранной теме	5 неделя	10
2	Посещение занятий	В течение семестра	26
3	Выступление на семинаре «Основные стадии компенсаторных процессов»	5-6 неделя	6
4	Выступление на семинаре «Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов»	8-9 неделя	6
5	Выступление на семинаре «Компенсация нарушений функции в нервной системе»	12-13 неделя	6
6	Выступление на семинаре «Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы»	15-16 неделя	6
7	Выступление на семинаре «Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте»	20-21 неделя	6
8	Презентация по выбранной теме	24-25 неделя	14
	зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Наличие конспекта лекции и занятий	5
3	Выступление на семинаре, который пропущен	10
4	Подготовка доклада по выбору студента, по теме которой он пропустил,	10
5	Написание реферата по пропущенной теме	5
6	Презентация по пропущенной теме	15

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.14. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

профили:

«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная и заочная**

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 5 семестр для очной формы и 3 курс для заочной

3.Цель освоения дисциплины: Целью данного курса является глубокое понимание компенсаторных процессов, происходящих в организме в процессе нормальной жизнедеятельности или в условиях ее нарушения.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний(ПК-4).

5.Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5	2	2			
2	Основные стадии компенсаторных процессов	5	2	2	8		
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5	2	4	10		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5		4	10		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5	2	4	10		
6	Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы	5	4	4	10		
7	Изменение компенсаторных	5		4	10		

	процессов в пожилом и старческом возрасте						
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5		4	10		
Итого часов: 108			12	28	68		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия и определения	5 сем.			12		
2	Основные стадии компенсаторных процессов	5 сем.	2		12		
3	Формирование срочных и долговременных компенсаторных процессов.	5 сем.		2	12		
4	Роль синдрома стресса в механизме компенсаторных процессов	5 сем.		2	12		
5	Компенсация нарушений функции в нервной системе	5 сем.		2	12		
6	Способы компенсации нарушений функций структур нервной системы	5 сем.		2	12		
7	Изменение компенсаторных процессов в пожилом и старческом возрасте	5 сем.			12		
8	Компенсаторная гипертрофия сердца	5 сем.			14		
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.15 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института научно-педагогического образования
Протокол № 01 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель:

Майорникова Светлана Анатольевна - кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Б1.В.15 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»: овладеть знаниями и умениями в области физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы с лечебной и профилактической целью.

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Структура и содержание программы дисциплины составлены в соответствии с требованиями к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки бакалавра Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования третьего поколения.

Дисциплина по структуре и содержанию отвечает требованиям теоретической подготовки бакалавра, позволяет сформировать навыки работы в лечебно-восстановительных учреждениях и оздоровительных центрах с лицами, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы, на различных этапах реабилитации.

Учебный материал программы реализуется в основных формах организации образовательного процесса – лекциях и лабораторно-практических занятиях. Освоение программного материала осуществляется на основе сформированных знаний и фундаментальных положений базовых дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Общая патология и тератология», «Частная патология», практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА уровня квалификации бакалавр.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	6	
ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6	
ПК-1.5	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.	6	

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2	2	-		
2	ЛФК при атеросклерозе	6	2	2	4		
3	ЛФК при ишемической болезни сердца	6	2	4	6		
4	ЛФК при инфаркте миокарда	6	2	4	8		
5	ЛФК при гипертонической болезни	6	4	8	10		
6	ЛФК при гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии	6	2	8	10		
7	ЛФК при приобретенных пороках сердца	6	2	4	8		
8	ЛФК при облитерирующем энтерите и варикозном расширении вен	6	2	4	18		
Итого часов:			18	36	54		Диффер. зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет с оценкой (6-й семестр).

Перечень примерных вопросов для подготовки к зачету

1. Распространенность заболеваний сердечнососудистой системы, этиология, патогенез, клиническая картина (симптоматология), течение, возможные осложнения.
2. Понятие о недостаточности кровообращения и ее степенях.
3. Характеристика хронической недостаточности кровообращений I, IIА, IIБ и III степеней.
4. Хроническая сердечная недостаточность. Этиология и патогенез, клиническая картина, степени недостаточности кровообращения.
5. Клинико-физиологическое обоснование лечебного и реабилитирующего действия физических упражнений.
6. Механизмы лечебного и реабилитирующего действия физических упражнений.
7. Интра- и экстракардиальные факторы кровообращения и их активизация средствами ЛФК.
8. Основы методики занятий физическими упражнениями при сердечно-сосудистых заболеваниях.
9. Значение физических упражнений как основного многофакторного средства в первичной профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
10. Понятие об атеросклерозе, этиология, патогенез, клиническая картина в зависимости от локализации пораженных сосудов.
11. Характеристика факторов риска развития атеросклероза.
12. Оздоровительная физическая культура и ЛФК при начальных проявлениях атеросклероза.
13. Методика занятий физическими упражнениями для профилактики атеросклероза в зрелом и пожилом возрасте.

14. Принципы выбора средств физической реабилитации и методика их применения при атеросклерозе.
15. Задачи и методика физической реабилитации при повышении уровня холестерина (ЛПНП) в крови у молодого мужчины с 10% превышением нормального веса и удовлетворительном физическом развитии.
16. Понятие об ишемической болезни сердца и ее клинических формах. Виды стенокардии и типы ее течения.
17. Разработайте методику лечебной физической культуры для мужчины 50 лет, II функционального класса с редкими приступами стенокардии, занимающегося в кабинете ЛФК в поликлинике и в домашних условиях.
18. Задачи ЛФК при ишемической болезни сердца (без инфаркта) и ее методика в зависимости от типа стенокардии.
19. Методика определения толерантности к физической нагрузке и функционального класса больного ишемической болезнью сердца.
20. Характеристика функциональных классов больных ишемической болезнью сердца.
21. Задачи и методика ЛФК для больного 45 лет со стенокардией напряжения на стационарном этапе.
22. Задачи и методика ЛФК для больных ишемической болезнью сердца на санаторном этапе.
23. Задачи и методика ЛФК для больных ишемической болезнью сердца на поликлиническом этапе с использованием циклических упражнений.
24. Задачи и методика ЛФК для больных ишемической болезнью сердца IV функционального класса.
25. Понятие об инфаркте миокарда, этиопатогенез, клиническая картина, виды и классы тяжести.
26. Этапы реабилитации при инфаркте миокарда и их характеристика.
27. Задачи и методика ЛФК при инфаркте миокарда на стационарном этапе по трем двигательным режимам.
28. Задачи и методика ЛФК при инфаркте миокарда на санаторном этапе.
29. Задачи и методика ЛФК при инфаркте миокарда на поликлиническом этапе.
30. Методы оценки адекватности применяемых физических нагрузок и эффективности занятий ЛФК при инфаркте миокарда.
31. Современные инновации в применении средств ЛФК и методика их применения при инфаркте миокарда.
32. Показания и противопоказания к применению ЛФК при инфаркте миокарда.
33. Понятие о гипертонической болезни, этиопатогенезе и стадиях.

34. Клиническая картина гипертонической болезни, показания и противопоказания к ЛФК.
35. Клинико-физиологическое обоснование лечебного и реабилитационного действия физических упражнений при гипертонической болезни.
36. Задачи и методика ЛФК при гипертонической болезни на поликлиническом этапе.
37. Задачи и методы ЛФК при гипертонической болезни на санаторном этапе.
38. Показания и противопоказания для применения ЛФК при гипертонической болезни.
39. Методы оценки воздействия физических нагрузок при гипертонической болезни.
40. Понятие о гипотонической болезни (первичной и вторичной) клиническая картина и течение.
41. Задачи и методика занятий ЛФК при гипотонической болезни.
42. Разработайте программу занятий ЛФК для женщин 35 лет, страдающей гипотонической болезнью на 1/2 года.
43. Понятие о нейроциркуляторной дистонии, ее формах и клинической картине.
44. Периоды ЛФК, задачи и методика ЛФК при нейроциркуляторной дистонии с течением по гипотоническому типу, по периодам .
45. Периоды ЛФК, задачи и методика ЛФК при нейроциркуляторной дистонии с течением по гипертоническому типу, по периодам.
46. Понятия о приобретенных пороках сердца. Виды порока сердца. Клиническая картина и течение.
47. Задачи и методики лечебной физкультуры при митральном пороке с недостаточностью кровообращения IIА степени.
48. Задачи и методики при аортальном пороке (недостаточность клапана) при недостаточности кровообращения IIБ степени.
49. Понятие об облитерирующем эндартериите, клиническая картина, течение.
50. Задачи и методика ЛФК при облитерирующем эндартериите.
51. Разработайте программу занятий физическими упражнениями для мужчины 40 лет с первой стадией облитерирующего эндартериита.
52. Понятие о варикозном расширении вен, клиника, течение.
53. Задачи и методика ЛФК при варикозном расширении вен в зависимости от клинической картины.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии: учебное пособие / Н. Б. Серова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с.: схем., табл., ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230>

1. 2. Лечебная физическая культура: учеб.-метод. пособие [для бакалавриата]: направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко .— Сургут : РИО СурГПУ, 2018 .— 159 с

2. <https://lib.rucont.ru/efd/683828>

3. Основы физической реабилитации. Ч.2 / Н.Н. Сетяева, Ю.В. Яковых. — Тобольск: ТГСПА им. Д. И. Менделеева, 2012.— 196 с <https://lib.rucont.ru/efd/314503>

б) Дополнительная литература:

1. Иванова, Н.Л. Частная патология [Электронный ресурс] : разд.: "Заболевания органов дыхания", "Болезни системы кровообращения", "Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ", "Заболевания мочевыдел. системы" : курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.03.02 : профили подгот.: "Физ. реабилитация", "Лечеб. физ. культура", "Адапт. физ. воспитание" : квалификация выпускника - бакалавр : формы обучения: оч., заоч. : утв. и рек. эмс Фак. адапт. физ. культуры, рекреации и туризма РУС "ГЦОЛИФК" / Иванова Н.Л., Добрынина Л.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и оздоровит. физ. культуры им. И.М. Саркизов-Серазини. - М., 2023.

URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf)
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=363583&DocQuerID=11682864&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

2. Бирюков, А.А. Классический массаж: учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков. — Москва: Советский спорт, 2021. — 347 с.:ил. — (Университетский учебник).— ISBN978-5-00129-195-4. —URL:<https://lib.rucont.ru/efd/783167>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>
3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
 3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
 4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](https://lib.rucont.ru)
2. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](https://biblioclub.ru)
3. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](https://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Научно-практический журнал «Адаптивная физическая культура»

<https://afkonline.ru/>

2. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры".

<http://www.teoriya.ru/journals/>

3. Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка" <http://www.teoriya.ru/fkvot/>

4. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>).

5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).

6. [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные

Информационный портал **базы данных:** – профессиональная база данных,

1.

информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>

2. Официальный сайт «Союз реабилитологов России» <https://rehabrus.ru/>

3. Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy)

<https://world.physio/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 3 курса, направления подготовки 49.03.02

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Лечебная физическая культура» очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт с оценкой (6-й семестр).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинарах по темам: 1. ЛФК при инфаркте миокарда. 2. ЛФК при стенокардии. 3. ЛФК при приобретенных пороках сердца. 4. ЛФК при гипертонической болезни. 5. ЛФК при гипотонии. 6. ЛФК при нейроциркуляторной дистонии. 7. ЛФК при облитерирующем эндартериите. 8. ЛФК при варикозном расширении вен.	В течение семестра	3
2	Контрольная работа по теме раздела «Лечебная физическая культура при ишемической болезни сердца»	25	5
3	Контрольная работа по теме раздела «ЛФК при гипертонической болезни»	30	5
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК при инфаркте миокарда»	28	5
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при варикозном расширении вен»	35	5
6	Презентация по теме (назначается индивидуально)	26-36	15
	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет с оценкой		20 баллов
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме раздела «ЛФК при ишемической болезни сердца»</i>	5
3	<i>Контрольная работа по теме раздела «ЛФК при гипертонической болезни»</i>	5
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК при инфаркте миокарда»</i>	5
5	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при варикозном расширении вен»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Современные методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»</i>	15
7	<i>Презентация по теме (назначается индивидуально)</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.15 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)"
(код и наименование)

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 6.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): овладеть знаниями и умениями в области физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы с лечебной и профилактической целью.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	6	
ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6	

ПК-1.5	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.	6	

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2	2	-		
2	ЛФК при атеросклерозе	6	2	2	4		
3	ЛФК при ишемической болезни сердца	6	2	4	6		
4	ЛФК при инфаркте миокарда	6	2	4	8		
5	ЛФК при гипертонической болезни	6	4	8	10		
6	ЛФК при гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии	6	2	8	10		
7	ЛФК при приобретенных пороках сердца	6	2	4	8		
8	ЛФК при облитерирующем	6	2	4	18		
	энтертериите и варикозном расширении вен						
Итого часов:			18	36	54		Диффер. зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.16 «Научно-методическая деятельность»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом ИТРРиФ
Протокол №89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол №25 от «19» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол № 3 от «17» сентября 2024г.

Составитель:

Попов Григорий Иванович, доктор педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой биомеханики и естественнонаучных дисциплин
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура». Дисциплина «Научно-методическая деятельность» является отдельной дисциплиной учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне освоенности учебного материала после 2 лет обучения, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с системообразующими (сквозными) дисциплинами базовой части теоретических дисциплин. Освоение дисциплины «Научно-методическая деятельность» базируется на изучении учебных дисциплин математики, физики, анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии. Специфика дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности в части получения объективных данных об эффективности организации процесса подготовки его учеников, имея в перспективе надежное повышение спортивных достижений в избранном виде спорта.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения

1	2	3	4
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	6	7
УК-1.1.	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	6	7
УК-1.4.	Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.	6	7

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	6	2	2	6		
2	Организация научного исследования	6		4	6		
3	Организация педагогических исследований	6	2	2	6		
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	6		2	8		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	6	2	4	4		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в	6	2	4	4		

	спорте на основе средств искусственной управляющей среды						
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	6		2	4		
8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	6	2		4		
9	Итого часов: 72		10	20	42		Диф. зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	7	2				
2	Организация научного исследования	7		2			
3	Организация педагогических исследований	7		2			
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	7			6		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	7			10		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды	7		2	10		
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	7		2	10		

8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	7			26		
	Итого часов: 72		2	8	62		Диф. зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. Научный метод
2. Теоретические методы научных исследований: абстрагирование, анализ
3. Теоретические методы научных исследований: аналогия, индукция, дедукция
4. Теоретические методы научных исследований: конкретизация, обобщение, сравнение, синтез
5. Теоретические методы научных исследований: моделирование
6. Эмпирические методы научного исследования: беседа, наблюдение, обследование, опытная работа, эксперимент, рейтинг
7. Традиционно-педагогические методы: наблюдение, изучение опыта
8. Традиционно-педагогические методы: беседа, интервьюирование, анкетирование
9. Педагогический эксперимент
10. Условия проведения педагогического эксперимента
11. Математические методы педагогических исследований
12. Статистические методы в педагогических исследованиях

13. Педагогическое тестирование
13. Работа с литературными источниками
14. Методологические разделы научного исследования
15. Лабораторные и натурные измерения
16. Этические проблемы измерений с участием человека
17. Биомеханическая кинематография и видеоциклография
18. Оптоэлектронная циклография
19. Динамометрия
20. Электромиография
21. Гониометрия
22. Метод магнитного резонанса
23. Акселерометрия
24. Спидография
25. Измерение упруго-вязких свойств мышц
26. Компьютерная стабилография
27. Тренажеры в научной и научно-методической работе в спорте
28. Обработка и анализ результатов научной работы
29. Виды научных публикаций

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Выполнение выпускной квалификационной работы бакалавра по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профиль «Физкультурное образование» : учебное пособие : [16+] / М. П. Мухина, А. Ю. Асеева, А. И. Кравчук [и др.] ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 124 с. : схем., табл. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690308>

2. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин .— Москва : Советский спорт, 2013 . — 280 с. <https://lib.rucont.ru/efd/225204>
3. Попов Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте : учеб. для студентов, обучающихся по направлению "Физ. культура" : квалификация "бакалавр" : рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Г.И. Попов. - М.: Academia, 2015. - 189 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Images.idc?DocID=244410>
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=244410&DocQuerID=11518119&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Семянникова, В. В. Научно-методическая работа студентов : учебное пособие / В. В. Семянникова ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 126 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272301>
5. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 232 с. <https://urait.ru/bcode/514551>
6. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента. Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Юрайт, 2022. — 119 с. <https://urait.ru/bcode/494059>
7. Якимова, Л.А. Методология научных исследований в области физической культуры и спорта : учеб.-метод. пособие / Т.Х. Емтыль; Куб. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма; Л.А. Якимова .— Краснодар : КГУФКСТ, 2020 .— 61 с. <https://lib.rucont.ru/efd/814163>

б) Дополнительная литература:

1. Врублевский, Е.П. Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Е.П. Врублевский, О.Е.Лихачева, Л.Г. Врублевская. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ФиС,

2006. - 227 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=36240&DocQuerID=11518121&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. Высшая математика и математическая статистика : учеб.-метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под общ. ред. Г.И. Попова]. - 2-е изд. - М.: Физ. культура, 2009. - 366 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=202546&DocQuerID=11518122&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.П. Губа [и др.]. - 2-е изд. - М.: ФиС, 2006. - 211 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=134621&DocQuerID=11518123&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Физ. культура" : рек. УМО по специальностям пед. образования / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 266 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=202481&DocQuerID=11518124&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Кузнецов, И.Н. Рефераты, курсовые и дипломные работы. Методика подготовки и оформления : учеб.-метод. пособие / И.Н. Кузнецов. - 5-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2008. - 339 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163317&DocQuerID=11518125&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Новикова, С.С. Введение в прикладную социологию. Анкетирование : учеб. пособие для ВУЗов физ. культуры, ин-тов и курсов повышения квалификации / Новикова Светлана Сергеевна ГЦОЛИФК. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 102 с.: табл.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=81272&DocQuerID=11518128&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=81272&DocQuerID=11518128&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

7. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, специальностям 032101, 032102 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: Флинта: Наука, 2005. - 287 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=124756&DocQuerID=11518136&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

8. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере : Учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры. Направление 521900. спец. 022300 : рек. Гос. ком. РФ / ред. Шестаков М.П., Попов Г.И. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 271 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=2345&DocQuerID=11518153&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=2345&DocQuerID=11518153&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Министерство спорта Российской Федерации - www.minsport.gov.ru

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365.
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).
- 4) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).
3. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).
4. Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система fgosvo.ru.
6. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru).
2. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru).

3. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Научно-методическая деятельность» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 и 4 курса, направления подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр очной формы обучения, 7 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения	Максимальное кол-во баллов
1.	Посещение практических занятий	Весь период	10 баллов (10 занятий по 1 баллу)
9.	Выступление на семинарских занятиях в процессе обсуждения текущего материала	Весь период	5 баллов
10.	Подготовка и защита реферата по теоретическим и практическим аспектам учебного курса в соответствии с темами, предназначенными для самостоятельной работы студентов	14 неделя	5 баллов
11.	Подготовка презентации по материалам исследований в рамках подготовки выпускной квалификационной работы или в рамках проблемы исследования, в которой будет выполняться ВКС, если тема её ещё не сформулирована	16 неделя	5 баллов
12.	Выполнение лабораторной работы № 1	3 неделя	15 баллов
13.	Выполнение лабораторной работы № 2	5 неделя	15 баллов
14.	Выполнение лабораторной работы № 3	15 неделя	15 баллов
16	Сдача дифференцированного зачёта	5 семестр	30 баллов

		(очное обучение) 6 семестр (заочное обучение)	
17	Итого		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС и на сайте кафедры)	20
2.	Создание презентации на одну из тем и её защита	20
3	Выполнение расчетов показателей по реальным данным выпускной квалификационной работы	20
4	Разработка основных документов планирования экспериментов в рамках тематики выпускной квалификационной работы	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),

завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.16 «Научно-методическая деятельность»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр очная форма обучения, 7 семестр заочная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-1	<i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</i>	6	7
УК-1.1.	<i>Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.</i>	6	7
УК 1.2.	<i>Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.</i>	6	7
УК-1.3.	<i>Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.</i>	6	7
УК-1.4.	<i>Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.</i>	6	7
УК-1.5.	<i>Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.</i>	6	7
УК-1.6.	<i>Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.</i>	6	7

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетные единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	6	2	2	6		
2	Организация научного исследования	6		4	6		
3	Организация педагогических исследований	6	2	2	6		
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	6		2	8		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	6	2	4	4		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в	6	2	4	4		

	спорте на основе средств искусственной управляющей среды						
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	6		2	4		
8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	6	2		4		
9	Итого часов: 72		10	20	42		Диф. зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования	7	2				
2	Организация научного исследования	7		2			
3	Организация педагогических исследований	7		2			
4	Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта	7			6		
5	Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений	7			10		
6	Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды	7		2	10		
7	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте	7		2	10		

8	Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы.	7			26		
	Итого часов: 72		2	8	62		Диф. зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.17 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ
ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ И НАРУШЕНИЯХ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ»**

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института научно-педагогического образования
Протокол № 01 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель:

Майорникова Светлана Анатольевна - кандидат педагогических наук, доцент
кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., доцент кафедры Спортивной медицины

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Б1.В.17 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обмена веществ» - освоение знаний в вопросах восстановления здоровья больных с заболеваниями органов пищеварения и нарушениями обмена веществ на основе широкого использования средств лечебной физической культуры.

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Постоянно расширяющиеся требования к выпускникам бакалавриата, уровню их профессиональных компетенций, диктует необходимость углубления прикладных умений и навыков в выбранной сфере деятельности.

Структура и содержание программы дисциплины составлена в соответствии с требованиями к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки бакалавра Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования третьего поколения.

Дисциплина по структуре и содержанию отвечает требованиям теоретической подготовки бакалавра, позволяет сформировать навыки работы в лечебно-восстановительных учреждениях и оздоровительных центрах с больными при различных заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ на различных этапах реабилитации.

Учебный материал программы реализуется в основных формах организации образовательного процесса – лекциях и лабораторно-практических занятиях. Освоение программного материала осуществляется на основе сформированных знаний и фундаментальных положениях базовых дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Общая патология и тератология», «Частная патология», практика по получению

профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА уровня квалификации бакалавр.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	6	
ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6	
ПК-1.5	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять	6	

	последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения						
1.1.	Основы ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	6	2	-	4		
1.2.	ЛФК при хроническом гастрите и при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки	6	2	8	8		
1.3.	ЛФК при воспалительных заболеваниях кишечника и дискинезиях кишечника	6	2	8	10		
1.4.	ЛФК при холециститах, желчекаменной болезни и дискинезиях желчевыводящих путей	6	2	8	8		
1.5.	ЛФК при опущении органов брюшной полости	6	2	6	8		
2.	ЛФК при нарушениях обмена веществ						
2.1.	Основы ЛФК при нарушениях обмена веществ	6	2	-	4		
2.2.	ЛФК при ожирении	6	2	8	10		
2.3.	ЛФК при сахарном диабете	6	2	6	9		
2.4.	ЛФК при подагре	6	2	4	8		
Итого часов:			18	48	69	9	Экзамен, Курсовая работа

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен (6-й семестр).

Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену

1. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения.
2. Методика ЛФК больных хроническим гастритом в фазе обострения в условиях стационарного лечения.
3. Особенности методики ЛФК больных хроническим гастритом в фазе ремиссии с учетом секреторной функции желудка.
6. Дать сравнительный анализ особенностей методик, используемых в ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
7. Механизмы лечебного действия физических упражнений при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.
8. Методика ЛФК больных с язвенной болезнью желудка в условиях санаторно–курортного лечения.
9. Характеристика периодов физической реабилитации больных с язвенной болезнью желудка и 12–перстной кишки.
10. Методика ЛФК для больных с язвенной болезнью желудка на стационарном этапе лечения.
17. Этиология, патогенез и клиника воспалительных заболеваний кишечника.

18. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
19. Методика ЛФК для больных энтероколитом на поликлиническом и санаторном этапах лечения.
20. Особенности методики ЛФК для больных с дискинезией кишечника по гипермоторному типу.
21. Особенности методики ЛФК при дискинезии кишечника по гипомоторному типу.
22. Задачи и методика ЛФК при с гипертонически–гиперкинетической формой дискинезии желчевыводящих путей.
23. Особенности методики ЛФК при гипотонически–гипокинетической форме дискинезии желчевыводящих путей.
24. Средства ЛФК при холецистите и методика их применения.
25. Характеристика методик ЛФК при желчекаменной болезни.
26. Средства гидротерапии при гастроптозах.
28. Формы и средства ЛФК при нарушениях обмена веществ.
29. Этиология, патогенез и классификация ожирения.
30. Клиническая картина ожирения.
31. Механизмы лечебного действия физических упражнений при ожирении.
32. Особенности ЛФК при ожирении 1-2 степени.
33. Характеристика средств и форм ЛФК при ожирении в зависимости от степени.
34. Задачи и методика ЛФК при ожирении 1 степени.
35. Этиология, патогенез и клиническая картина сахарного диабета.
36. Механизмы лечебного действия физических упражнений при сахарном диабете.
36. Формы и средства ЛФК при сахарном диабете, методика их применения.
37. Этиология, патогенез, клиническая картина подагры.
37. Характеристика форм и средств ЛФК при подагре.
38. Особенности методики ЛФК для больных подагрой.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии: учебное пособие / Н. Б. Серова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с.: схем., табл., ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230>

2. Лечебная физическая культура: учеб.-метод. пособие [для бакалавриата]: направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко. — Сургут : РИО СурГПУ, 2018. — 159 с

2. <https://lib.rucont.ru/efd/683828>

3. Основы физической реабилитации. Ч.2 / Н.Н. Сетяева, Ю.В. Яковых. — Тобольск: ТГСПА им. Д. И. Менделеева, 2012.— 196 с <https://lib.rucont.ru/efd/314503>

б) Дополнительная литература:

1. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и нарушение обмена веществ: метод. рекомендации по изучению дисциплины Б1. В.ОД.7.6 / С.А. Майорникова. — Москва: РГУФКСМиТ, 2018.— 46 с. <https://lib.rucont.ru/efd/682390>

2. Добрынина, Л.А. Программа физической реабилитации детей и взрослых с заболеваниями органов пищеварения [Электронный ресурс]: курс лекций для магистрантов РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению подгот. 49.04.02: направленность "Физ. реабилитация детей и взрослых»: квалификация выпускника - магистр: формы обучения: оч., заоч.: утв. и рек. эмс ИСиФВ "РГУФКСМиТ" / Добрынина Л.А.; М-во спорта РФ [и др.]. - М., 2022.
URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/352972.doc>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=352972&DocQuerID=11682964&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

3. Иванова, Н.Л. Частная патология [Электронный ресурс] : разд.: "Заболевания органов дыхания", "Болезни системы кровообращения", "Заболевания органов

пищеварения и нарушения обмена веществ", "Заболевания мочевыдел. системы" : курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.03.02 : профили подгот.: "Физ. реабилитация", "Лечеб. физ. культура", "Адапт. физ. воспитание" : квалификация выпускника - бакалавр : формы обучения: оч., заоч. : утв. и рек. эмс Фак. адапт. физ. культуры, рекреации и туризма РУС "ГЦОЛИФК" / Иванова Н.Л., Добрынина Л.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и оздоровит. физ. культуры им. И.М. Саркизов-Серазини. - М., 2023.

URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363583.pdf)
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=363583&DocQuerID=11682864&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

4. Бирюков, А.А. Классический массаж: учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков. — Москва: Советский спорт, 2021. — 347 с.:ил. — (Университетский учебник).—ISBN978-5-00129-195-4. —URL:<https://lib.rucont.ru/efd/783167>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного

документа Adobe Acrobat Reader DC;

4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Рукопонт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
2. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru)
3. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Научно-практический журнал «Адаптивная физическая культура»
<https://afkonline.ru/>
2. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры".
<http://www.teoriya.ru/journals/>
3. Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка" <http://www.teoriya.ru/fkvot/>
4. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>).
5. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).
6. [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (<https://www.informio.ru>)

2. Официальный сайт «Союз реабилитологов России» <https://rehabrus.ru/>

3. Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy) <https://world.physio/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.17 «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обмена веществ» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Лечебная физическая культура» очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен (6-й семестр).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1.	Выступление на семинарах по темам: 1. Общие основы ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. 2. ЛФК при хроническом гастрите. 3. ЛФК при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки. 4. ЛФК при холециститах и желчекаменной болезни. 5. ЛФК при воспалительных заболеваниях кишечника и дискинезиях кишечника. 6. ЛФК при дискинезиях желчевыводящих путей. 7. ЛФК при ожирении. 8. ЛФК при сахарном диабете. 9. ЛФК при подагре.	43	3
2.	Контрольная работа по темам раздела «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения»	44	5
3.	Контрольная работа по темам раздела «ЛФК при нарушениях обмена веществ»	47	5
4.	Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК	45	5

	<i>при заболеваниях органов пищеварения»</i>		
5.	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при нарушениях обмена веществ»</i>	49	5
6.	<i>Презентация по теме (назначается индивидуально)</i>	41	15
7.	<i>Написание реферата по теме «Современные методики ЛФК при ожирении»</i>	42	10
8.	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по темам раздела «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения»</i>	5
3	<i>Контрольная работа по темам раздела «ЛФК при нарушениях обмена веществ»</i>	5
4	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК при заболеваниях органов пищеварения»</i>	5
5	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при нарушениях обмена веществ»</i>	5
6	<i>Написание реферата по теме «Современные методики ЛФК при ожирении»</i>	15
7	<i>Презентация по теме (назначается индивидуально)</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.17 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ
ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ И НАРУШЕНИЯХ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ»**

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 6.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоение знаний и умений в вопросах восстановления здоровья при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ на основе широкого использования средств и методов физической реабилитации.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	6	
ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6	

ПК-1.5	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.	6	

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	ЛФК при заболеваниях органов пищеварения						
1.1.	Основы ЛФК при заболеваниях органов пищеварения	6	2	-	4		
1.2.	ЛФК при хроническом гастрите и при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки	6	2	8	8		
1.3.	ЛФК при воспалительных заболеваниях кишечника и дискинезиях кишечника	6	2	8	10		
1.4.	ЛФК при холециститах, желчекаменной болезни и дискинезиях желчевыводящих путей	6	2	8	8		
1.5.	ЛФК при опущении органов брюшной полости	6	2	6	8		
2.	ЛФК при нарушениях обмена веществ						
2.1.	Основы ЛФК при нарушениях обмена веществ	6	2	-	4		
2.2.	ЛФК при ожирении	6	2	8	10		
2.3.	ЛФК при сахарном диабете	6	2	6	9		
2.4.	ЛФК при подагре	6	2	4	8		
Итого часов:			18	48	69	9	Экзамен, курсовая работа

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.18 Проектирование курса лечебной физической культуры»

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

Направленность (профиль):
Лечебная физическая культура

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса
Протокол №89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель: Ясинская Я.К., преподаватель кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини;
Ермолаева Ю.А, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.18 «Проектирование курса лечебной физической культуры» является: Сформировать способность студентов создавать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способность студентов проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Проектирование курса лечебной физической культуры» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теоретико–методологических основ физической культуры и лечебной физической культуры. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – лечебная физическая культура. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина

«Проектирование курса ЛФК» является фундаментальной теоретической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области лечебной физической культуры для пациентов, имеющих различные патологии ОДА, ССС, ДС, ЖКТ и т.д. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях, фитнес центрах.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3	4	5
ПК-3	Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.			
ПК-3.1.	Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.	6		

ПК-3.2.	Знает: Анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	6		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единицы, 72 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы ЛФК - Понятие о реабилитации	6	2	6	14		

	аспекты (виды) - Механизмы лечебного действия физических упражнений - Основные средства и формы ЛФК						
2	Структура и содержание курса ЛФК: - в травматологии - в ортопедии - в пульмонологии - в кардиологии - в гериатрии - в педиатрии - при заболеваниях органов пищеварения - при нарушениях обмена веществ	6	2	6	14		
3	Организация курса ЛФК: - Правила составления курса ЛФК - Виды планирования; - Принципы медицинской и физической реабилитации; - Сочетание различных средств и форм ЛФК для полноценного восстановления лиц с нарушенными функциями	6	2	12	14		
Итого часов: 72			6	24	42		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Проектирование курса ЛФК».

Вопросы для зачета:

1. Понятие ЛФК.
2. Периоды ЛФК.
3. Средства, формы, методы ЛФК.

4. Понятие о реабилитации аспекты (виды)
5. Механизмы лечебного действия физических упражнений
6. Особенности построения курса ЛФК в травматологии
7. Особенности построения курса ЛФК в ортопедии
8. Особенности построения курса ЛФК в пульмонологии
9. Особенности построения курса ЛФК в кардиологии
10. Особенности построения курса ЛФК в гериатрии
11. Особенности построения курса ЛФК в педиатрии
12. Особенности построения курса ЛФК при заболеваниях органов пищеварения
13. Особенности построения курса ЛФК при нарушениях обмена веществ
14. Правила составления курса ЛФК
15. Виды планирования;
16. Правила составления комплекса лечебной гимнастики
17. Принципы медицинской и физической реабилитации;
18. Сочетание различных средств и форм в курсе ЛФК для лиц с различными патологиями.
19. Использование лечебной гимнастики в курсе ЛФК.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Серова, Н.Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии: учебное пособие / Н.Б. Серова; Уральский федер. университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2016. – 224 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230>
2. Бирюков, А.А. Классический массаж: учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков. - Москва: Советский спорт, 2021. - 347 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/783167>

3. Федорова, Т.Н. Разработка и реализация индивидуальной программы реабилитации больного / инвалида: учеб. пособие / А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Т.Н. Федорова. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2017. - 221 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816972>

4. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2018. – 420 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

б) Дополнительная литература:

1. Иванова, Н.Л. Технологии проектирования программ физической реабилитации: курс лекций для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.04.02: направленность - "Физ. реабилитация детей и взрослых": квалификация выпускника - магистр: формы обучения: оч., заоч. / Иванова Н.Л.; М-во спорта РФ, ФГБОУ ВО "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и ОФК им. И.М. Саркизов-Серазини. - Москва, 2024. – 73 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363661.pdf>

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=363661&DocQuerID=11683032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=363661&DocQuerID=11683032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Иванова, Н.Л. Технологии проектирования программ физической реабилитации: метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины для студентов РУС "ГЦОЛИФК", обучающихся по направлению подгот. 49.04.02: направленность - "Физ. реабилитация детей и взрослых": квалификация выпускника - магистр: формы обучения: оч., заоч. / Иванова Н.Л.; М-во спорта РФ, ФГБОУ ВО "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. физ. реабилитации, массажа и ОФК им. И.М. Саркизов-Серазини. - Москва, 2024. – 69 с. - URL:

[HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363654.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363654.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=363654&DocQuerID=11683032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=363654&DocQuerID=11683032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Организация физкультурно-массовой работы с людьми, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата: учебно-методич. пособие / В.С. Штоколов, Н.А. Дубровина, Л.Н. Рогалева, Е.М. Гилязетдинова; науч. ред. Н.Б. Серова; Уральский федеральный унив-т им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издат-тво Уральского университета, 2017. – 122 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695636>

4. Реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп: учебное пособие / В.С. Штоколов, Н.А. Дубровина, Л.А. Боярская, А.А. Токмаков; под общ. ред. В.С. Штоколка; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2018. – 139 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696148>

5. Физическая реабилитация [электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / ред. Попов С.Н. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 603 с. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf>

в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая

перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руcont» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информιο» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\).](http://mediasphera.ru)
3. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» (<https://cyberleninka.ru/>).
4. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\).](http://garant.ru)
5. [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\).](http://elibrary.ru)
6. [Национальная электронная библиотека - федеральная государственная информационная система \(rusneb.ru\).](http://rusneb.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
2. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\).](http://who.int.ru)
3. Медико-биологический информационный портал для специалистов ([Медлайн.ру](http://medlain.ru)).
4. Официальный сайт «Союз реабилитологов России» (<https://rehabrus.ru/>).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.18 Проектирование курса лечебной физической культуры», для обучающихся факультета АФК, рекреации и туризма 3 курса очной формы обучения, направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" направленности (профилю): лечебная физическая культура

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Очная форма обучения

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме: «Этапы проектирования курса ЛФК»	26 неделя	5
2	Задание № 1 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК в травматологии и ортопедии»	32-34 неделя	15
3	Задание № 2 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК при заболеваниях дыхательной системы»	35-37 неделя	15
4	Задание № 3 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»	38-40 неделя	15
5	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
	успеваемости	
1	Опрос по теме: «Этапы проектирования курса ЛФК»	26неделя
2	Задание № 1 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК в травматологии и ортопедии»	32-34 неделя
3	Задание № 2 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК при заболеваниях дыхательной системы»	35-37 неделя
4	Задание № 3 Презентация с программой по теме «Проектирование курса ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»	38-40 неделя

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.18 Проектирование курса лечебной физической культуры»

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая
культура

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 – очная форма

3.Цель освоения дисциплины (модуля): Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.18 Проектирование курса лечебной физической культуры является: Сформировать способность студентов создавать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта; способность студентов проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развитию у них навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формированию у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	
1	2	3	4	5
ПК-3	Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания,	6		

	возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.			
ПК-3.1.	Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.	6		
ПК-3.2.	Знает: Анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	6		

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы ЛФК - Понятие о реабилитации аспекты (виды) - Механизмы лечебного действия физических упражнений - Основные средства и формы ЛФК	6	2	6	14		
2	Структура и содержание курса ЛФК: - в травматологии - в ортопедии - в пульмонологии - в кардиологии - в гериатрии - в педиатрии - при заболеваниях органов пищеварения - при нарушениях обмена веществ	6	2	6	14		
3	Организация курса ЛФК: - Правила составления курса ЛФК - Виды планирования; - Принципы медицинской и физической реабилитации; - Сочетание различных средств и форм ЛФК для полноценного восстановления лиц с нарушенными функциями	6	2	12	14		
Итого часов: 72			6	24	42		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.19 «Лечебная физическая культура в геронтологии»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом Института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса
Протокол №89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель: Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
Ермолаева Юлия Анатольевна, доцент кафедры ФРМ и ОФК им И.М.
Саркизова-Серазини, к.п.н.

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук,
профессор кафедры спортивной медицины

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Лечебная физическая культура в геронтологии» является: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ лечебной физической культуры в гериатрии и целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных форм, средств лечебной физической культуры в гериатрии с учетом возрастных изменений жизненно важных органов и систем, а также особенностей патологии внутренних органов и опорно-двигательного аппарата у лиц пожилого и старческого возраста. Образовательная деятельность по дисциплине «Лечебная физическая культура в геронтологии» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

«Лечебная физическая культура в геронтологии» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 4 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теоретико–методологических основ лечебной физической культуры, лечебной физической культуры в кардиологии, неврологии, пульмонологии и при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ, частных методик адаптивной физической культуры. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – лечебная физическая культура. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина «Лечебная физическая культура в геронтологии» является фундаментальной теоретической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области лечебной физической культуры и физической реабилитации лиц пожилого и старческого возраста. Программа обеспечивает подготовку будущих

выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях для лиц пожилого и старческого возраста, имеющих различные патологии.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	6		
ПК-1.1.	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6		
ПК-1.3.	Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	6		

ПК-1.4.	Умеет: взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий.	6		
ПК-1.6.	Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации;	6		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 **зачетных единицы**, 144 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Теоретические основы геронтологии и гериатрии: - Современные геронтологические концепции; - Физиология старения; - Социально-психологическая характеристика людей пожилого возраста; - Анатомо-физиологическая характеристика людей пожилого возраста; - Характерные особенности течения болезней в пожилом возрасте.	6	2	4	10		
2	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно – сосудистой системы лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при атеросклерозе сосудов; - Лечебная физическая культура при ишемической болезни сердца;	6	4	16	22		

	- Лечебная физическая культура при инфаркте миокарда; - Лечебная физическая культура при гипертонической болезни; - Лечебная физическая культура при облитерирующих заболеваниях нижних конечностей; - Лечебная физическая культура при варикозной болезни;						
3	Особенность лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при острой и хронической пневмонии; - Лечебная физическая культура при бронхиальной астме; - Лечебная физическая культура при эмфиземе легких; - Лечебная физическая культура хронический бронхит; - Лечебная физическая культура при бронхоэктатической болезни; - Лечебная физическая культура при плеврите.	6	2	6	6		
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения: - Лечебная физическая культура при дисфункциях кишечника; - Лечебная физическая культура при хроническом холецистите; - Лечебная физическая культура при колитах; - Лечебная физическая культура при хроническом гастрите.	6	2	6	10		

5	Особенности лечебной физической культуры при заболеваниях опорно–двигательного аппарата у лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов - Особенности лечебной физической культуры при остеохондрозе позвоночника	6	4	6	12		
6	Лечебная физическая культура при заболеваниях мочеполовой системы у лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при опущении половых органов и недержании мочи - Лечебная физическая культура при хроническом пиелонефрите - Лечебная физическая культура при аденоме предстательной железы	6	6	6	11		
Итого часов: 144			20	44	71	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Лечебная физическая культура в геронтологии».

Вопросы для устного ответа и собеседования:

1. Современные геронтологические концепции.
2. Социально-психологическая характеристика людей пожилого возраста.
3. Возрастная периодизация жизненного цикла.
4. Анатомо-физиологическая характеристика пожилого возраста.
5. Механизмы возрастной инволюции. Календарный и биологический возраст.
6. Патологические отклонения различных органов и систем в период старения.

7. Роль иммунных механизмов в процессе старения.
8. Характерные особенности течения заболеваний в пожилом возрасте.
9. Возрастные изменения и особенности заболеваний сердечно-сосудистой системы в пожилом и старческом возрасте.
10. Факторы риска, патогенез и клиническая картина атеросклероза в зависимости от локализации и распространенности процесса.
11. Общие принципы организации групповой работы с пожилыми людьми.
12. Организационно-методические основы занятий лечебной физической культурой с людьми пожилого возраста.
13. Особенности методики дозированной ходьбы в лечебной физической культуре больных пожилого возраста с атеросклерозом.
14. Основные задачи, средства, формы и методы лечебной физической культуры больных атеросклерозом с учетом возрастных особенностей.
15. Понятие ишемической болезни сердца (ИБС). Клинические формы ишемической болезни сердца.
16. ИБС в пожилом и старческом возрасте.
17. Использование средств гидрокинезотерапии в лечебной физической культуре больных с ишемической болезнью сердца на поликлиническом этапе лечения.
18. Лечебная физическая культура больных инфарктом миокарда на стационарном этапе реабилитации.
19. Программа по лечебной физической культуре больных, перенесших инфаркт миокарда на санаторном этапе (объем и виды физической реабилитации) с учетом возрастных изменений лиц пожилого и старческого возраста.
20. Программа по лечебной физической культуре больных, перенесших инфаркт миокарда на поликлиническом этапе (объем и виды физической реабилитации) с учетом возрастных изменений лиц пожилого и старческого возраста.
21. Особенность применения психорегулирующих средств лечебной физической культуры больных пожилого и старческого возраста, перенесших инфаркт миокарда.
22. Изменения, происходящие в сосудах артериального русла с возрастом.
23. Основные принципы лечебной физической культуры больных пожилого и старческого возраста с гипертонической болезнью.

24. Задачи и средства фитнес - программ, рекомендуемых в ЛФК больных пожилого возраста с гипертонической болезнью 2 стадии.
25. Программа ЛФК на стационарном этапе лечения лиц с гипертонической болезнью.
26. Методика дозированной ходьбы при гипертонической болезни с учетом возрастных изменений.
27. Возрастные изменения периферических сосудов.
28. Причины, патогенез и классификация по стадиям и по степеням ишемии при облитерирующем эндартериите.
29. Особенности ЛФК при I-II стадиях облитерирующего эндартериита на щадящем и тренирующем режимах.
30. Использование природных физических средств в реабилитации больных облитерирующим эндартериитом с учетом возрастных изменений.
31. Возрастные изменения системы дыхания.
32. Особенности течения острых пневмоний в пожилом и старческом возрасте.
33. Задачи, средства ЛФК при острой пневмонии лиц пожилого возраста на стационарном этапе восстановительного лечения.
34. Особенности методики дозированной ходьбы в реабилитации больных пожилого возраста с хронической пневмонией в период ремиссии
35. Факторы развития бронхиальной астмы у пожилых людей. Особенности течения и клинического проявления бронхиальной астмы у пожилых людей.
36. Особенность психорегулирующих методик ЛФК у больных пожилого и старческого возраста с бронхиальной астмой.
37. Методические особенности использования средств ЛФК для лиц пожилого возраста с бронхоэктатической болезнью.
38. Методические особенности использования средств ЛФК для лиц пожилого возраста с бронхиальной астмой.
39. Возрастные изменения и особенности болезней системы пищеварения у лиц пожилого и старческого возраста.
40. Этиология, патогенез, особенности течения и клинического проявления хронического холецистита и дисфункции кишечника у пожилых людей.

41. Задачи, средства, формы лечебной физической культуры лиц пожилого возраста с заболеваниями органов пищеварения в зависимости от моторной функции кишечника с учетом возрастных изменений.

42. Использование средств ЛФК для лиц пожилого и старческого возраста с дискинезией кишечника и желчевыводящих путей.

43. Задачи, средства, формы лечебной физической культуры лиц пожилого и старческого возраста с хроническим холециститом с учетом возрастных изменений.

44. Особенность психорегулирующих методик ЛФК больных пожилого и старческого возраста с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

45. Сочетание инволюционных и патологических изменений опорно-двигательного аппарата.

46. Задачи и активные средства ЛФК при коксартрозе у лиц пожилого возраста.

47. Методика занятий лечебной гимнастикой при гонартрозе у лиц пожилого возраста.

48. Использование бальнеотерапии в ЛФК при артритах у лиц пожилого и старческого возраста.

49. Задачи, формы, средства ЛФК с учетом клинической симптоматики и возрастных особенностей лиц с остеохондрозом шейного отдела позвоночника.

50. Задачи, формы, средства ЛФК с учетом клинической симптоматики и возрастных особенностей лиц с остеохондрозом грудопоясничного отдела позвоночника.

51. Возрастные изменения, происходящие в мышечно-связочном аппарате тазового дна. Степени опущения внутренних половых органов.

52. Задачи, методические особенности использования средств лечебной гимнастики при опущении матки с учетом возрастных изменений.

53. Задачи, средства ЛФК при сахарном диабете 1 и 2 типа у лиц пожилого возраста.

54. Задачи, средства ЛФК у женщин при недержании мочи. 55. Возрастные изменения мочеполовой системы. Задачи и средства ЛФК при хроническом простатите и аденоме предстательной железы.

56. Использование естественных физических факторов в ЛФК у постинфарктных больных на санаторном этапе лечения.

57. Влияние дозированных физических нагрузок на течение гипертонической болезни у пожилых людей.
58. Этиология, патогенез и клиническая картина остеопороза.
59. Основные принципы реабилитации в гериатрии.
60. Особенности ЛФК в гериатрии.
61. Задачи, средства и методы с учетом вида трудотерапии, применяемой в гериатрии.
62. Характеристика средств ароматерапии, применяемых при гипертонической болезни лиц пожилого возраста.
63. Этиология, патогенез клиническая картина деформирующего артроза.
64. Возрастная периодизация жизненного цикла.
65. Характеристика стадий цикла взрослости и старения.
66. Использование средств гидрокинезотерапии в ЛФК у больных с ишемической болезнью сердца на санаторном этапе лечения.
67. Особенности применения санаторно-курортных методов лечения у больных пожилого и старческого возраста.
68. Особенности ЛФК при эмфиземе легких у лиц пожилого возраста.
69. Особенности протекания артериальной гипертензии в пожилом возрасте.
70. Показания и механизмы лечебного действия саунотерапии при гипертонической болезни.
71. Методические правила проведения занятий лечебной гимнастики с лицами пожилого возраста.
72. Показания и механизмы лечебного действия душ – массажа при гипертонической болезни.
73. Особенности течения язвенной болезни двенадцатиперстной кишки у больных пожилого и старческого возраста.
74. Методика терренкура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у лиц пожилого возраста.
75. Использование бальнеотерапии в ЛФК у лиц пожилого и старческого возраста с дискинезией желчевыводящих путей.
76. Характеристика элементов креативных телесно – ориентированных практик в ЛФК больных пожилого возраста с заболеваниями сердечно – сосудистой системы.

77. Использование естественных физических факторов в физической реабилитации постинфарктных больных на поликлиническом этапе лечения.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп: учебное пособие / В. С. Штоколок, Н. А. Дубровина, Л. А. Боярская, А. А. Токмаков; под общ. ред. В. С. Штоколка; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2018. – 139 с.: табл.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696148>

2. Лечебная физическая культура в гериатрии : учебное пособие для студентов / Т.В. Карасева, С.Н. Толстов, М.А. Правдов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова, Е.В. Перевозчикова, А.Н. Нестеров, А.М. Лощаков, А.С. Махов, Е.В. Руженская .— Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2011 .— 220 с.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=152930>

3. Лечебная физическая культура : учебно-методическое пособие / В. С. Мартынихин, С. К. Гончарова, А. И. Бабушкина, М. М. Вишейко .— Малаховка : МГАФК, 2012 .— 81 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=772266>

б) Дополнительная литература:

1. Реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп : учебное пособие / В. С. Штоколок, Н. А. Дубровина, Л. А. Боярская, А. А. Токмаков ; под общ. ред. В. С. Штоколка; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2018. – 139 с.: табл.

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696148>

2. Добрынина, Л.А. Физическая реабилитация при гонартрозе 1 - 2 степени в условиях реабилитационного центра [Электронный ресурс] // Лечеб. физ. культура и спорт. медицина: достижения и перспективы развития: материалы 8 Всерос. науч.-практ. конф. с международ. участием, 22 - 23 мая 2019 г. / отв. ред.: А.Б.

Мирошников, Т.В. Новикова. - М., 2019. - С. 39-43.

URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/308288.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/308288.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=328798&DocQuerID=11683036&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=328798&DocQuerID=11683036&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Никитин, П.П. Использование миофасциального релизинга в физической реабилитации при коксартрозе [Электронный ресурс] / Никитин П.П., Добрынина Л.А. // Лечеб. физ. культура: достижения и перспективы развития : материалы 6 Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, 1 - 2 июня 2017 г. / М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2017. - С. 155-158.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/272445.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/272445.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=277051&DocQuerID=11683037&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=277051&DocQuerID=11683037&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Бирюков, А.А. Классический массаж: учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков. — Москва : Советский спорт, 2021. — 347 с. : ил. — (Университетский учебник).— ISBN 978-5-00129-195-4. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/783167>

5. Бирюков, А.А. Лечебный массаж: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности физ. культуры: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту: Доп. УМО / Бирюков Анатолий Андреевич. - М.: Academia, 2004. - 351 с.: ил.

URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/117848.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/117848.pdf)

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=117848&DocQuerID=11682865&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117848&DocQuerID=11682865&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал -

<https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
2. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru)
3. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(ruscml.ru\)](http://ruscml.ru)

2. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)

- 1) [Информационный портал «Информιο» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

- 2) [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)
- 3) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)
- 5) Национальная электронная библиотека - федеральная государственная информационная система (rusneb.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информิโอ» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. Медико-биологический информационный портал для специалистов ([Медлайн.ру](http://medlajn.ru))
3. Библиографическая и реферативная база данных публикаций по биомедицине (<https://medj.rucml.ru/>)
4. Официальный сайт «Союз реабилитологов России» (<https://rehabrus.ru/>)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийная учебная аудитория, включающая специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Лечебная физическая культура в геронтологии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилю – Лечебная физическая культура. Очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации и оздоровительной физической культуры. Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 (очная ф.о).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания №1 по разделу «Лечебная физическая культура лиц пожилого возраста с заболеваниями сердечно – сосудистой системы»	3 неделя	10
2	Контрольная работа по разделу «Лечебная физическая культура лиц пожилого возраста с заболеваниями сердечно – сосудистой системы»	4 неделя	15
3	Выполнение практического задания №2 по разделу «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания у лиц пожилого возраста»	5 неделя	10
4	Презентация по изучаемым разделам дисциплины	В течение семестра	15
5	Посещение занятий	В течение семестра	20
6	Экзамен		30
7	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Выполнение практического задания №1 по разделу «Лечебная физическая культура лиц пожилого возраста с заболеваниями сердечно – сосудистой системы»</i>	10
2	<i>Контрольная работа по разделу «Лечебная физическая культура лиц пожилого возраста с заболеваниями сердечно – сосудистой системы»</i>	15
3	<i>Выполнение практического задания №2 по разделу «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания у лиц пожилого возраста»</i>	10
4	<i>Презентация по изучаемым разделам дисциплины</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.В.19 «Лечебная физическая культура в геронтологии»

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

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы.

2. Семестры освоения дисциплины (модуля): 6 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных средств ЛФК в гериатрии с учетом возрастных изменений жизненно важных органов и систем, а также особенностей патологии внутренних органов и опорно-двигательного аппарата у лиц пожилого и старческого возраста. Сформировать у студентов умения разрабатывать и совершенствовать индивидуальные программы ЛФК для лиц пожилого и старческого возраста.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими	6		

	основами адаптивной физической культуры.			
ПК-1.1.	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	6		
ПК-1.3.	Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	6		
ПК-1.4.	Умеет: взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий.	6		
ПК-1.6.	Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации;	6		

5. Краткое содержание дисциплины: «Лечебная физическая культура в гериатрии»

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Теоретические основы геронтологии и гериатрии: - Современные геронтологические концепции;	6	2	4	10		

	- Физиология старения; - Социально-психологическая характеристика людей пожилого возраста; - Анатомо-физиологическая характеристика людей пожилого возраста; - Характерные особенности течения болезней в пожилом возрасте.						
2	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно – сосудистой системы лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при атеросклерозе сосудов; - Лечебная физическая культура при ишемической болезни сердца; - Лечебная физическая культура при инфаркте миокарда; - Лечебная физическая культура при гипертонической болезни; - Лечебная физическая культура при облитерирующих заболеваниях нижних конечностей; - Лечебная физическая культура при варикозной болезни; -	6	4	16	22		
3	Особенность лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при острой и хронической пневмонии; - Лечебная физическая культура при бронхиальной астме; - Лечебная физическая культура при эмфиземе легких; - Лечебная физическая культура хронический бронхит; - Лечебная физическая культура при бронхоэктатической болезни; - Лечебная физическая культура при плеврите.	6	2	6	6		
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения: - Лечебная физическая культура при дисфункциях кишечника; - Лечебная физическая культура при хроническом холецистите; - Лечебная физическая культура при колитах;	6	2	6	10		

	- Лечебная физическая культура при хроническом гастрите.						
5	Особенности лечебной физической культуры при заболеваниях опорно–двигательного аппарата у лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов - Особенности лечебной физической культуры при остеохондрозе позвоночника	6	4	6	12		
6	Лечебная физическая культура при заболеваниях мочеполовой системы у лиц пожилого и старческого возраста: - Лечебная физическая культура при опущении половых органов и недержании мочи - Лечебная физическая культура при хроническом пиелонефрите - Лечебная физическая культура при аденоме предстательной железы	6	6	6	11		
Итого часов: 144			20	44	71	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.20 «ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ»

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

Профиль: Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ФР и ЛФК), заочная (ФР)*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составители:

Иванова Надежда Леонидовна, к.п.н., доц., Михайлова Марина Геннадьевна к.п.н.,
доц. доценты кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини РГУФКСМиТ

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна, к.м.н., доцент, профессор кафедры спортивной
медицины РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование умений и навыков по теории и методике организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах (СМГ) студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)».

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах» относится к базовым дисциплинам вариативной части, преподается на 3 курсе (6 семестр) - дневная форма, 3 курсе (6 семестре) - заочная форма обучения.

Изучению дисциплины должно предшествовать изучение следующих учебных дисциплин: анатомии, физиологии, теоретико-методологических основ физической реабилитации (или ЛФК), частной патологии, физической реабилитации (или ЛФК) при различных патологиях.

Знания, умения и навыки, полученные в рамках изучения данной дисциплины, будут необходимы студентам при прохождении различных видов практик на последующих курсах обучения, а также при подготовке к Государственной итоговой аттестации.

Дисциплина «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

Учебная работа по освоению курса проводится в форме лекционных и практических занятий в университете, а также в форме самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	6
УК-8.2.	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	6	6
УК-8.3.	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных	6	6

	ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.		
УК-8.4.	Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	6
ПК- 3	ПК-3 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.	6	6
ПК-3.1.	ПК-3.1. Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нужды лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.	6	6
ПК-3.2.	ПК-3.2. Знает: Анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	6	6

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

очная форма обучения (профили ФР и ЛФК)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физического воспитания (ФВ) в СМГ в школе и ВУЗе.	6	4	10	18		
	1.1 Особенности физического развития школьников и студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у школьников и студентов. Принципы комплектования медицинских групп. Основные задачи ФВ учащихся, отнесенных к СМГ.	6	1	4	6		
	1.2 Периодизация учебного процесса. Содержание уроков ФК в СМГ. Особенности структуры урока ФК в СМГ. Основные документы планирования учебной работы в СМГ. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесённых заболеваний.	6	2	4	6		
	1.3 Задачи ФВ в СМГ в ВУЗе. Комплектование СМГ в ВУЗе.	6	1	2	6		
2.	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий ФВ. Методика самоконтроля. Метод экспресс-оценки.	6	4	10	17		
	2.1 Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе занятий по ФВ. Самоконтроль. Профилактика травматизма.	6	2	6	9		
	2.2 Метод экспресс-оценки физического здоровья школьников. Описание метода экспресс-оценки. Результаты экспресс-оценки.	6	2	4	8		
3.	Раздел 3. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов.	6	6	12	18		
	3.1 Особенности проведения занятий после заболеваний	6	2	4	6		

	сердечно-сосудистой системы.						
	3.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях органов дыхания.	6	2	4	6		
	3.3 Особенности проведения занятий при эндокринных заболеваниях, заболеваниях ЖКТ и др.	6	2	4	6		
4.	Раздел 4. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения.	6	6	12	18		
	4.1 Особенности проведения занятий при деформациях ОДА.	6	2	4	6		
	4.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях центральной и периферической нервной системы.	6	2	4	6		
	4.3 Особенности проведения занятий при нарушениях зрения.	6	2	4	6		
	Итого часов:	144		20	44	71	9 экзамен

заочная форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физического воспитания (ФВ) в СМГ в школе и ВУЗе.	6	1	2	30		
	1.1 Особенности физического развития школьников и студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у школьников и студентов. Принципы комплектования медицинских групп. Основные задачи ФВ учащихся, отнесенных к СМГ.	6	1	-	10		
	1.2 Периодизация учебного процесса. Содержание уроков ФК в СМГ. Особенности структуры	6	-	1	10		

	урока ФК в СМГ. Основные документы планирования учебной работы в СМГ. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесённых заболеваний.						
	1.3 Задачи ФВ в СМГ в ВУЗе. Комплектование СМГ в ВУЗе.	6	-	1	10		
2.	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий ФВ. Методика самоконтроля. Метод экспресс-оценки.		1	2	30		
	2.1 Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе занятий по ФВ. Самоконтроль. Профилактика травматизма.	6	1	1	15		
	2.2 Метод экспресс-оценки физического здоровья школьников. Описание метода экспресс-оценки. Результаты экспресс-оценки.	6	-	1	15		
3.	Раздел 3. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов.	6	1	4	31		
	3.1 Особенности проведения занятий после заболеваний сердечно-сосудистой системы.	6	0,5	1	10		
	3.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях органов дыхания.	6	0,5	1	10		
	3.3 Особенности проведения занятий при эндокринных заболеваниях, заболеваниях ЖКТ и др.	6	-	2	11		
4.	Раздел 4. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения.	6	1	2	30		
	4.1 Особенности проведения занятий при деформациях ОДА.	6	1	-	10		
	4.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях центральной и периферической нервной системы.	6	-	1	10		
	4.3 Особенности проведения занятий при нарушениях зрения.	6	-	1	10		
	Итого	144	4	10	121	9	экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе

самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен.

Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену по курсу «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах»

1. Особенности физического развития школьников и студентов с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у школьников и студентов.
3. Принципы комплектования медицинских групп в школе.
4. Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе (СМГ).
5. Особенности периодизации учебного процесса при занятиях со школьниками СМГ.
6. Содержание уроков ФВ в специальной медицинской группе.
7. Особенности структуры урока ФВ в СМГ.
8. Сроки возобновления занятий ФК после перенесённых заболеваний.
9. Физическое воспитание **в специальных медицинских группах** в ВУЗе.
10. Особенности комплектования СМГ в ВУЗе.
11. Построение занятия ФВ в СМГ в ВУЗе.
12. Задачи и содержание врачебно-педагогического контроля при проведении занятий ФВ.
13. Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе урока по ФК.
14. Методика проведения хронометража урока ФК, понятие об общей и моторной плотности занятия ФВ.
15. Понятие о физиологической кривой нагрузки, методика построения физиологической кривой и её анализ.
16. Понятие о внешних признаках утомления.
17. Основные функционально-диагностические методы исследования.
18. Причины травм на занятиях ФВ в СМГ.
19. Способы профилактики травматизма на занятиях ФВ в СМГ.
20. Метод экспресс - оценки физического здоровья школьников.
21. Основные измерительные процедуры при проведении экспресс-оценки.
22. Понятие о различных пробах. Формулы определения индексов Кетле, Робинсона, Скибинского и др.
23. Оценка физического здоровья школьника на основе полученных баллов. Методика проведения анализа полученных результатов экспресс-оценки.
24. Особенности проведения занятий в СМГ при артериальной гипертензии.
25. Особенности проведения занятий при гипотонической болезни.
26. Особенности проведения занятий в СМГ при пневмонии.
27. Особенности проведения занятий при бронхитах и бронхоэктатической болезни.
28. Особенности проведения занятий при бронхиальной астме.
29. Специальные упражнения, применяемые при заболеваниях органов дыхания.
30. Особенности проведения занятий в СМГ при сахарном диабете.
31. Особенности проведения занятий в СМГ при ожирении.
32. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях ЖКТ.
33. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях мочевыделительной системы.
34. Понятие о правильной осанке. Виды нарушений осанки в сагиттальной и фронтальной плоскостях.
35. Особенности проведения занятий в СМГ при нарушениях осанки в сагиттальной плоскости.

36. Особенности проведения занятий в СМГ при нарушениях осанки во фронтальной плоскости.
37. Понятие о сколиотической болезни, виды сколиоза, степени.
38. Особенности проведения занятий в СМГ при сколиотической болезни.
39. Характеристика специальных упражнений для формирования «мышечного корсета».
40. Особенности проведения занятий в СМГ при плоскостопии.
41. Специальные упражнения, применяемые при плоскостопии.
42. Большие и малые гимнастические мячи и др. оборудование, применяемое на уроках ФК при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии.
43. Особенности проведения занятий в СМГ при неврозах.
44. Особенности проведения занятий в СМГ при остеохондрозе позвоночника в шейном и грудном отделах.
45. Специальные упражнения, применяемые при занятиях при шейно-грудном остеохондрозе.
46. Особенности проведения занятий в СМГ при остеохондрозе в поясничном грудном отделе позвоночника.
47. Специальные упражнения для включения в занятия ФВ при остеохондрозе в поясничном отделе позвоночника.
48. Особенности проведения занятий в СМГ при ДЦП.
49. Специальные упражнения на занятии ФК при ДЦП.
50. Особенности проведения занятий в СМГ при нарушениях зрения.

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Иванова, Н.Л. Занятия физической культурой в специальных медицинских группах: курс лекций для студентов РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению подгот. 49.03.02: профили подгот.: "Лечеб. физ. культура", "Физ. реабилитация": квалификация выпускника - бакалавр: формы обучения: оч., заоч., заоч. ускорен. / Иванова Н.Л.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. физ. реабилитации и оздоровит. физ. культуры. - Москва, 2018. - 91 с. - URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363656.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/363656.pdf)
2. Иванова, Н.Л. Занятия физической культурой в специальных медицинских группах школ и вузов: учеб.-метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 032101.65, 032102.65 а также для учителей ФК, методистов и инструкторов по ЛФК, аспирантов и преподавателей: рек. и утв. эмс "РГУФКСМиТ" / Н.Л. Иванова; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, ФГБОУ ВПО "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 85 с.: табл. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/202946>

б) Дополнительная литература:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2018. – 420 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>
2. Горбунов, Н.П. Эффективность силовых упражнений в процессе физического воспитания студентов, отнесенных к специальной медицинской группе / Н.П. Горбунов, Г.А. Гавронина // Теория и практика физической культуры. - 2005. - №1. - С. 52-54. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N1/p52-54.htm> <https://lib.rucont.ru/efd/816935>
3. Головина, Л.Л. Формирование осанки у младших школьников нетрадиционными оздоровительными средствами / Л.Л. Головина, Ю.А. Копылов, Н.В. Сковородникова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2000. - №4. - С. 42-47. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2000N4/p42-47.htm> <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272210>
4. Балашова, В.В. Здоровьеформирующие технологии в физическом воспитании студентов Тольяттинского государственного университета / В.В. Балашова // Теория и практика ФК. -

2005. - №3. - С. 43-45. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N3/p43-45.htm>
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=4948621>

5. Бабенкова, Е.А. Виды контроля за детьми с отклонениями в состоянии здоровья / Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - №1. - С. 19-23. - URL: <http://sportlib.info/Press/FKVOT/2006N1/p19-23.htm>
<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N1/p19-23.htm2>.

6. Медведева, Л.Е. Организация и методика проведения занятий в специальной медицинской группе: учеб. пособие / Ю.А. Мироненко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Л.Е. Медведева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2020. - 145 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816935> <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N3/p43-45.htm>

7. Мелихов, В.В. Силовая гимнастика для студентов, занимающихся адаптивным физическим воспитанием в специальных медицинских группах: учебное пособие / В.В. Мелихов; Елецкий государственный ун-т им. И.А. Бунина. – Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2007. - 123 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272210>
<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2000N4/p42-47.htm> 4.

8. Кузнецов, И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп: учебное пособие / И.А. Кузнецов, А.Э. Буров, И.В. Качанов. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 179 с.: ил., табл. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494862>
<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N1/p52-54.htm>

9. Физическая реабилитация [электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / ред. Попов С.Н. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 603 с.: ил. - URL: <HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

1. «Интернет»: Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoj-kultury>

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал. - <http://fkSPORT.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](https://biblioclub.ru)

3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\).](http://elibrary.ru)
- 3) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)
- 4) [Российский Стадион - информационное агентство \(stadium.ru\).](http://stadium.ru)
- 5) [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\).](http://sportmedicine.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (<https://www.who.int/ru>).
- 3) Библиографическая и реферативная база данных публикаций по биомедицине (<https://medj.rucml.ru/>).

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилей Физическая реабилитация и ЛФК очной формы обучения

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр (очная форма),

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос по разделу 1.	32 нед.	4 балла
2	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 3 «Занятие по ФВ при заболеваниях внутренних органов»	34-42 нед.	15 баллов
3	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 4 «Занятие по ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	34-42 нед.	15 баллов
4	Подготовка и защита презентации по разделам «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов», или «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	34-42 нед.	20 баллов
5	Посещение занятий (лекционных и практических).	В течение семестра	16 б.= 0,5 балла за 1 занятие (32 занятия очная форма обучения)
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 3 «Занятие по ФВ при заболеваниях внутренних органов»	15 баллов
2	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 4 «Занятие по ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	15 баллов

3	Подготовка и защита презентации по разделам «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов», или «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	20 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля Физическая реабилитация заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос по разделу 1.		4 балла
2	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 3 «Занятие по ФВ при заболеваниях внутренних органов» и 4 «Занятие по ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»		15 баллов
3	Подготовка и защита презентации по разделам «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов», или «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»		20 баллов
4	Тестирование по дисциплине		10 баллов
5	Посещение занятий (лекционных и практических).		21 баллов = 3 балла за 1 занятие (7 занятий)
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия по ФК по разделу 3 «Занятие по ФВ при заболеваниях внутренних органов» и 4 «Занятие по ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	15 баллов
2	Подготовка и защита презентации по разделам «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов», или «Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения»	20 баллов
3	Тестирование по дисциплине	10 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.20 ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СПЕЦИАЛЬНЫХ
МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ»**

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

Профиль: Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ФР и ЛФК), заочная (ФР)*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: 4 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма обучения).

3. Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование умений и навыков по теории и методике организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах (СМГ) студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	6	6
УК-8.2.	Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.	6	6
УК-8.3.	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.	6	6
УК-8.4.	Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	6
ПК-3	ПК-3 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости	6	6

	нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей.		
ПК-3.1.	ПК-3.1. Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нужды лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации;	6	6
ПК-3.2.	ПК-3.2. Знает: Анализ индивидуальных программ реабилитации и исходных данных физической подготовленности занимающихся; передовой опыт физической реабилитации в спорте, медицине и адаптивной физической культуре; методы сбора и обработки первичной информации; определение целей, задач и содержания физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	6	6

5. Краткое содержание очная форма обучения (профили ФР и ЛФК)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физического воспитания (ФВ) в СМГ в школе и ВУЗе.	6	4	10	18		
	1.1 Особенности физического	6	1	4	6		

	развития школьников и студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у школьников и студентов. Принципы комплектования медицинских групп. Основные задачи ФВ учащихся, отнесенных к СМГ.						
	1.2 Периодизация учебного процесса. Содержание уроков ФК в СМГ. Особенности структуры урока ФК в СМГ. Основные документы планирования учебной работы в СМГ. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесённых заболеваний.	6	2	4	6		
	1.3 Задачи ФВ в СМГ в ВУЗе. Комплектование СМГ в ВУЗе.	6	1	2	6		
2.	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий ФВ. Методика самоконтроля. Метод экспресс-оценки.	6	4	10	17		
	2.1 Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе занятий по ФВ. Самоконтроль. Профилактика травматизма.	6	2	6	9		
	2.2 Метод экспресс-оценки физического здоровья школьников. Описание метода экспресс-оценки. Результаты экспресс-оценки.	6	2	4	8		
3.	Раздел 3. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов.	6	6	12	18		
	3.1 Особенности проведения занятий после заболеваний сердечно-сосудистой системы.	6	2	4	6		
	3.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях органов дыхания.	6	2	4	6		
	3.3 Особенности проведения занятий при эндокринных заболеваниях, заболеваниях ЖКТ и др.	6	2	4	6		
4.	Раздел 4. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения.	6	6	12	18		
	4.1 Особенности проведения занятий при деформациях ОДА.	6	2	4	6		
	4.2 Особенности проведения	6	2	4	6		

	занятий при заболеваниях центральной и периферической нервной системы.						
	4.3 Особенности проведения занятий при нарушениях зрения.	6	2	4	6		
	Итого часов: 144		20	44	71	9	экзамен

заочная форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физического воспитания (ФВ) в СМГ в школе и ВУЗе.	6	1	2	30		
	1.1 Особенности физического развития школьников и студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у школьников и студентов. Принципы комплектования медицинских групп. Основные задачи ФВ учащихся, отнесенных к СМГ.	6	1	-	10		
	1.2 Периодизация учебного процесса. Содержание уроков ФК в СМГ. Особенности структуры урока ФК в СМГ. Основные документы планирования учебной работы в СМГ. Сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесённых заболеваний.	6	-	1	10		
	1.3 Задачи ФВ в СМГ в ВУЗе. Комплектование СМГ в ВУЗе.	6	-	1	10		
2.	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий ФВ. Методика самоконтроля. Метод		1	2	30		

	экспресс-оценки.						
	2.1 Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе занятий по ФВ. Самоконтроль. Профилактика травматизма.	6	1	1	15		
	2.2 Метод экспресс-оценки физического здоровья школьников. Описание метода экспресс-оценки. Результаты экспресс-оценки.	6	-	1	15		
3.	Раздел 3. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях внутренних органов.	6	1	4	31		
	3.1 Особенности проведения занятий после заболеваний сердечно-сосудистой системы.	6	0,5	1	10		
	3.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях органов дыхания.	6	0,5	1	10		
	3.3 Особенности проведения занятий при эндокринных заболеваниях, заболеваниях ЖКТ и др.	6	-	2	11		
4.	Раздел 4. Методика проведения занятий ФВ при заболеваниях и нарушениях ОДА, нервной системы и зрения.	6	1	2	30		
	4.1 Особенности проведения занятий при деформациях ОДА.	6	1	-	10		
	4.2 Особенности проведения занятий при заболеваниях центральной и периферической нервной системы.	6	-	1	10		
	4.3 Особенности проведения занятий при нарушениях зрения.	6	-	1	10		
	Итого 144		4	10	121	9	экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.21 Статистическая обработка данных»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,
Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института ИТРРиФ
Протокол №89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол № 25 от «19» июня 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол № 3 от «17» сентября 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составители: Яшкина Елена Николаевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры
биомеханики и естественнонаучных дисциплин

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Статистическая обработка данных» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению «49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» по профилю «Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура».

Дисциплина «Статистическая обработка данных» относится к дисциплинам, формируемым участниками образовательных отношений.

При изучении дисциплины студентам необходимо знать базовый курс математики и информатики средней школы. Изучение дисциплины готовит студентов к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе обучения, используются в дальнейшем при изучении дисциплин «Спортивная метрология», «Научно-методическая деятельность» и др. Знание методов и практических приемов статистических расчетов поможет студентам при подготовке выпускной квалификационной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	7	9
УК-1.1	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	7	9

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Элементы математической статистики	7	8	8	16		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	7	2	2	4		
1.2	Проверка статистических гипотез	7	2	2	4		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	7	2	2	4		
1.4	Непараметрическая статистика	7	2	2	4		
2	Статистические расчеты в MS EXCEL	7		16	24		
2.1	Работа с данными	7		2	4		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	7		2	4		
2.3	Точечные и интервальные оценки	7		4	4		
2.4	Проверка статистических гипотез	7		4	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	7		4	6		
	Итоговая форма контроля						зачет
Итого часов: 72			8	24	40		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Элементы математической статистики	9	2		32		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	9	0,5		8		
1.2	Проверка статистических гипотез	9	0,5		8		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	9	0,5		8		
1.4	Непараметрическая статистика	9	0,5		8		
2	Статистические расчеты в MS EXCEL	9		8	30		
2.1	Работа с данными	9		1	6		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	9		2	6		
2.3	Точечные и интервальные оценки	9		1	6		
2.4	Проверка статистических гипотез	9		2	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	9		2	6		
	Итоговая форма контроля						зачет
Итого часов: 72			2	8	62		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета.

Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. Генеральная совокупность, выборочное исследование (выборка). Объем выборки.
2. Закон нормального распределения выборочных исследований.
3. Вариационный ряд. Графическое представление результатов исследования.
4. Основные статистические характеристики (средние и характеристики вариации).
5. Понятие статистической гипотезы. Нулевая и единичная гипотезы. Уровень значимости. Число степеней свободы.
6. Основные критерии статистики.
7. Доверительный интервал.
8. Достоверность различий средних арифметических независимых (несвязанных) выборок.

9. Достоверность различий средних арифметических зависимых (связанных) выборок.
10. Однородность, стабильность выборок. Критерий оценки.
11. Корреляционный анализ. Основные задачи корреляционного анализа.
12. Корреляционное поле (диаграмма рассеяния).
13. Линейный парный коэффициент корреляции Бравэ-Пирсона.
14. Достоверность коэффициента корреляции.
15. Основные задачи регрессионного анализа.
16. Нахождение прямого и обратного уравнений регрессии для линейной зависимости.
17. Непараметрические критерии статистики.
18. Непараметрическая статистика для определения взаимосвязи.
19. Ранговый коэффициент корреляции Спирмена.
20. Тетрахорический коэффициент сопряженности.
21. Адресация в MS EXCEL.
22. Статистические расчеты в MS EXCEL.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Берикашвили, В. Ш. Статистическая обработка данных, планирование эксперимента и случайные процессы : учебное пособие для вузов / В. Ш. Берикашвили, С. П. Оськин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 164 с. <https://urait.ru/bcode/515268>
2. Статистическая обработка материалов исследования на компьютере : учеб.-метод. пособие : направление подгот. 050100 - Педагогическое образование, профиль "Физкультурное образование", "Образование в области безопасности жизнедеятельности" : направление подгот. 034400 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / Р. М. Гимазов .— Сургут : РИО СурГПУ, 2015 .— 139 с. <https://lib.rucont.ru/efd/342267>

б) Дополнительная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>
3. Статистическая обработка данных [Электронный ресурс] : учеб. пособие

для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" : [рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / Попов Г.И. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. естественнонауч. дисциплин. - М., 2015. - 225 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=246762&DocQuerID=11528558&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=246762&DocQuerID=11528558&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=246762&DocQuerID=11528558&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Высшая математика и математическая статистика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под общ. ред. Г.И. Попова]. - М.: Физ. культура, 2007. - 366 с.: табл.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148285&DocQuerID=11528564&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=148285&DocQuerID=11528564&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148285&DocQuerID=11528564&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Шестаков, М.П. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры, направление 521900, спец. 022300 / Шестаков М.П. - М.: ТБТ Дивизион, 2009. - 247 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=189012&DocQuerID=11528565&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=189012&DocQuerID=11528565&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=189012&DocQuerID=11528565&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice» - <http://www.libreoffice.org>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
- *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru)

2. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)
3. [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (www.informio.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля
2. Библиотека «Куб» (www.koob.ru)
3. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (www.elibrary.ru)
4. Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (<https://www.mediasphera.ru/>)
5. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры" (<http://www.teoriya.ru/journals/>)
6. Федеральный портал Российское образование – информационная система (www.edu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (www.informio.ru) Режим доступа: с использованием логина и пароля
2. Мульти-платформа InSport – профессиональная база данных (www.insportexpo.com)
3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (www.minsport.gov.ru)
4. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (www.sportrf.gov.ru)
5. Олимпийский комитет России – профессиональная база данных (www.olympic.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Статистическая обработка данных» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса направления подготовки «49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация, Лечебная физическая культура» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр очная форма и 9 семестр заочная форма

Форма промежуточной аттестации: зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум по теме «Точечные и интервальные оценки»	4	20
2	Компьютерный практикум по теме «Проверка статистических гипотез»	7	20
3	Компьютерный практикум по теме «Корреляционный и регрессионный анализ»	9	20
4	Опрос по базовым понятиям курса	11	10
5	Тестирование по курсу	12	10
	Зачет		20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Компьютерный практикум по теме «Точечные и интервальные оценки»	20
2	Компьютерный практикум по теме «Проверка статистических гипотез»	20
3	Компьютерный практикум по теме «Корреляционный и регрессионный анализ»	20
4	Тестирование по курсу	10

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачетом/экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи
и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.21 Статистическая обработка данных»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 7 семестр для очной и 9 семестр для заочной форм обучения.

Цель освоения дисциплины (модуля): формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	7	9
УК-1.1	Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.	7	9

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы 72 академических часа**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Элементы математической статистики	7	8	8	16		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	7	2	2	4		
1.2	Проверка статистических гипотез	7	2	2	4		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	7	2	2	4		
1.4	Непараметрическая статистика	7	2	2	4		
2	Статистические расчеты в MS EXCEL	7		16	24		
2.1	Работа с данными	7		2	4		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	7		2	4		
2.3	Точечные и интервальные оценки	7		4	4		
2.4	Проверка статистических гипотез	7		4	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	7		4	6		
	Итоговая форма контроля						зачет
Итого часов: 72			8	24	40		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Элементы математической статистики	9	2		32		
1.1	Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики	9	0,5		8		
1.2	Проверка статистических гипотез	9	0,5		8		
1.3	Корреляционный и регрессионный анализ	9	0,5		8		
1.4	Непараметрическая статистика	9	0,5		8		
2	Статистические расчеты в MS EXCEL	9		8	30		
2.1	Работа с данными	9		1	6		
2.2	Расчеты в MS EXCEL	9		2	6		
2.3	Точечные и интервальные оценки	9		1	6		
2.4	Проверка статистических гипотез	9		2	6		
2.5	Корреляционный и регрессионный анализ	9		2	6		
	Итоговая форма контроля						зачет
Итого часов: 72			2	8	62		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.22 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В НЕВРОЛОГИИ»

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института научно-педагогического образования
Протокол № 01 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании
решения заседания кафедры физической реабилитации,
массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 12 сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №14 от 18 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 1 сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №2 от 7 сентября 2023 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФР, М и ОФК им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол №1 от 5 сентября 2024 г.

Составитель:

Майорникова Светлана Анатольевна - кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Б1.В.22 Лечебная физическая культура в неврологии» - овладеть знаниями, умениями и навыками в области лечебной физической культуры при заболеваниях и повреждениях нервной системы с лечебной и профилактической целью.

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина по структуре и содержанию отвечает требованиям теоретической подготовки бакалавра, позволяет сформировать навыки работы в лечебно-восстановительных учреждениях и оздоровительных центрах с больными при различных заболеваниях и повреждениях нервной системы на различных этапах реабилитации.

Учебный материал программы реализуется в основных формах организации образовательного процесса – лекциях, лабораторно-практических и самостоятельных занятиях. Студенты углубляют и расширяют свои знания и навыки в области реабилитации больных с заболеваниями и повреждениями нервной системы во время клинической практики в процессе изучения дисциплины.

Контроль за знаниями и умениями студентов осуществляется во время практических занятий в форме выступлений студентов, выполнения заданий на практических занятиях, выполнения курсовой работы и итогового экзамена.

Освоение программного материала осуществляется на основе сформированных знаний и фундаментальных положениях базовых дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Общая патология и тератология», «Частная патология», практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА уровня квалификации бакалавр.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	ПК-1. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	7	
ПК-1.2	Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приемы массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	7	
ПК-1.7	Имеет опыт: управления физической нагрузкой занимающихся; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации.	7	

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы	7	2	-	2		
2	ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения (цереброваскулярная патология)	7	2	6	8		
3	ЛФК после инсульта	7	4	8	10		
4	ЛФК после черепно-мозговой травмы (ЧМТ)	7	2	6	8		
5	ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферических нервов	7	2	6	9		
6	ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ)	7	4	8	10		
7	ЛФК при остеохондрозе позвоночника	7	4	8	8		
8	ЛФК при неврозах	7	4	6	8		
Итого часов: 144			24	48	63	9	Экзамен, курсовая работа

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен (7-й семестр).

Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену

1. Распространенность травматических повреждений периферической и центральной нервной системы.
2. Эпидемиология заболеваний центральной и периферической нервной системы.
3. Клинико-физиологическое обоснование лечебного и восстановительного действия физических упражнений при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
4. Механизмы лечебного и реабилитирующего действия при нарушениях мозгового кровообращения.
5. Понятие об инсульте, геморрагический и ишемический инсульты, клиническая картина.
6. Характеристика двигательных нарушений, возникающих после острого нарушения мозгового кровообращения.
7. Система поэтапной реабилитации больных с цереброваскулярной патологией.
8. Задачи ЛФК на разных этапах восстановления.
9. Задачи и средства ЛФК по периодам заболевания.
10. Методы и средства предупреждения контрактур, деформаций и суставных болей.
11. Лечение положением больных после инсульта, варианты для укладки верхних и нижних конечностей.
12. Специальные упражнения и элементы массажа, используемые для борьбы со спастичностью.

13. Методические приемы, используемые для предотвращения и устранения синергий и синкинезий.
14. Методика применения физических упражнений для развития силы паретичных мышц.
15. Основные задачи ЛФК в раннем восстановительном периоде после ЧМТ.
16. Средства и методы ЛФК в промежуточном периоде после ЧМТ.
17. Основное содержание занятий лечебной гимнастикой в позднем периоде.
18. Особенность методики в резидуальном периоде.
19. Виды и клинические проявления повреждений спинного мозга.
20. Задачи и средства ЛФК в разные периоды восстановления после спинномозговой травмы.
21. Методика применения физических упражнений при вялых и спастических параличах (парезах).
22. Какие симптомы характерны для клинической картины поражения периферических нервов?
23. Общие принципы реабилитации больных при поражении периферических нервов.
24. Средства и методики ЛФК при вялых параличах и парезах.
25. Клиническая картина, задачи и методика ЛФК при поражении плечевого сплетения.
26. Перечислите задачи ЛФК при изолированных поражениях периферических нервов в разные периоды восстановления.
27. Какова клиническая картина и методика ЛФК при неврите лицевого нерва (по периодам)?
28. Привести примеры лечения положением при изолированных поражениях периферических нервов верхних и нижних конечностей.
29. Составить примерный комплекс упражнений при поражении лучевого нерва в раннем восстановительном периоде.
30. Составить примерный комплекс упражнений в резидуальном периоде.

31. Клиническая картина и периоды течения ТБСМ.
32. Механизмы реабилитационного действия физических упражнений и других средств восстановления.
33. Специальные методические приемы и упражнения, используемые в занятиях со спинальными больными.
34. Задачи и методика ЛФК в острый и ранний периоды.
35. Схема построения занятия ЛГ, порядок пассивной разработки суставов.
36. Принципы и основное содержание реабилитации в разные периоды ТБСМ.
37. Особенности методик ЛФК и массажа в зависимости от локализации повреждения спинного мозга.
38. Составить план-конспект занятия ЛФК при вялой параплегии верхних конечностей и спастической параплегии нижних конечностей на стационарном этапе в позднем периоде.
39. Описать клиническую картину при спинальной травме на уровне нижнего шейного отдела.
40. Специальные упражнения для восстановления основных функций верхних конечностей при повреждении спинного мозга в шейном отделе.
41. Методические приемы и специальные упражнения для восстановления функции ходьбы при вяло нижней параплегии.
42. Понятие об остеохондрозе и клиническая картина заболевания при шейном и поясничном остеохондрозах.
43. Задачи, средства и методы ЛФК по периодам при шейном остеохондрозе.
44. Составить примерный комплекс лечебной гимнастики для больных остеохондрозом шейного отдела позвоночника на поликлиническом этапе реабилитации и обосновать содержание специальных упражнений.
45. Составить примерный комплекс лечебной гимнастики для больных остеохондрозом грудного отдела позвоночника на стационарном этапе реабилитации и обосновать его содержание.

46. Задачи, средства и методы ЛФК по периодам при поясничном остеохондрозе.
47. Составить примерный комплекс лечебной гимнастики для больных остеохондрозом поясничного отдела позвоночника на поликлиническом этапе реабилитации и обосновать содержание специальных упражнений.
48. Задачи и средства ЛФК при разных формах неврозов.
49. Основные отличия методик ЛФК при неврастении, психастении, истерии.
50. Составить примерный комплекс физических упражнений для лиц с неврастенией.
51. Перечислить специальные упражнения, применяемые при психастении.
52. Опишите особенности методики ЛФК больных с истерическими параличами и парезами.
53. Разработать план-конспект занятия ЛФК для лиц с неврозами на санаторном этапе (по выбору).

Темы курсовых работ

1. Значение и методика занятий физическими упражнениями после острого нарушения мозгового кровообращения на стационарном этапе.
2. Ишемический инсульт. Задачи и методика ЛФК на разных этапах реабилитации.
3. ЛФК после инсульта на стационарном этапе.
4. ЛФК после инсульта на поликлиническом этапе (в зависимости от функционального состояния больного).
5. ЛФК в резидуальном периоде инсульта в зависимости от функционального состояния больного.
6. Методы оценки функционального состояния пациентов после инсульта в разные периоды восстановления и оценки эффективности реабилитации.
7. Задачи и методика ЛФК в раннем периоде после ЧМТ.
8. ЛФК после черепно-мозговой травмы в промежуточном периоде восстановления.

9. Методы оценки функционального состояния пациентов после ЧМТ в разные периоды восстановления и оценки эффективности реабилитации.
10. ЛФК в поздний восстановительный период после черепно-мозговой травмы.
11. Травматическая болезнь спинного мозга. Задачи и методики ЛФК на разных этапах при повреждении нижнего шейного отдела спинного мозга.
12. Задачи и методика ЛФК больных ТБСМ при повреждении верхнего грудного отдела спинного мозга на разных этапах восстановления.
13. Задачи и методика ЛФК при повреждении поясничного отдела спинного мозга по периодам.
14. Методы оценки функционального состояния пациентов после спинномозговой травмы и оценки эффективности реабилитации в разные периоды восстановления.
15. Лечебная физическая культура при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
16. Лечебная физическая культура при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
17. Методы оценки функционального состояния пациентов при остеохондрозе позвоночника в разные периоды восстановления и оценки эффективности реабилитации (в зависимости от локализации).
18. Общие принципы и основы методики ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферических нервов.
19. Лечебная физическая культура при неврите лицевого нерва (по периодам).
20. Лечебная физическая культура при травматическом повреждении локтевого нерва.
21. Лечебная физическая культура при туннельном синдроме лучевого нерва.
22. Лечебная физическая культура при плексите.
23. Задачи и методика ЛФК при поражении малоберцового нерва.
24. ЛФК при ишиасе на разных этапах с учетом стадии болезни.

25. Лечебная физическая культура при психастении.
26. Задачи и методика лечебной физической культуры при истерии.
27. Лечебная физическая культура в условиях санаторно-курортного лечения при неврастении.
28. Методы врачебно-педагогических наблюдений в процессе занятий ЛФК больных с заболеваниями и повреждениями нервной системы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств: учебное пособие : учебное пособие / К. В. Мартынихин, М. Л. Гинзбург; В. М. Мартынихин .— Малаховка : МГАФК, 2016 .— 211 с. . <https://lib.rucont.ru/efd/772267>
2. Основы физической реабилитации. Ч.2 / Н.Н. Сетяева, Ю.В. Яковых .— Тобольск : ТГСПА им. Д. И. Менделеева, 2012 .— 196 с. <https://lib.rucont.ru/efd/314503>

б) Дополнительная литература:

1. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие [для бакалавриата] : направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко .— Сургут : РИО СурГПУ, 2018 .— 159 с . <https://lib.rucont.ru/efd/683828>
2. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с. : схем., табл., ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230>
3. Кальсина, В.В. Физическая реабилитация в неврологии : учеб. пособие / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; В.В. Кальсина .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2018 .— 128 с. <https://lib.rucont.ru/efd/816951>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>
3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>
4. Реабилитация неврологических больных / А.С.Кадыков, Л.А.Черникова, Н.В.Шахпаронова. – М.: МЕДпресс-информ, 2008. – 560 с. <https://www.neurology.ru/book/reabilitaciya-nevrologicheskikh-bolnyh-0.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
 3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
 4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://www.teoriya.ru/journals/>
- 2) Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка". - <http://www.teoriya.ru/fkvot/>
- 3) Журнал «Адаптивная физическая культура». - <https://afkonline.ru/>
- 4) Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (<https://elibrary.ru>).
- 5) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](https://medelement.com)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) Официальный сайт «Союз реабилитологов России» <https://rehabrus.ru/>.
- 3) Всемирная конфедерация физических терапевтов (World Physiotherapy) <https://world.physio/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.22 «Лечебная физическая культура в неврологии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Лечебная физическая культура» очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен (7-й семестр).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Основные понятия о лечебной физической культуре при заболеваниях и повреждениях нервной системы»	4 неделя	15
2	Выступление на семинаре «ЛФК после инсульта»	11 неделя	5
3	Выступление на семинаре «ЛФК после ЧМТ»	12 неделя	5
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК при поражениях периферических нервов»	14 неделя	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при остеохондрозе»	16 неделя	10
6	Презентация по теме (назначается индивидуально)	В течение семестра	15
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Основные понятия о ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы»	15
3	Выступление на семинаре «ЛФК после инсульта»	5
4	Выступление на семинаре «ЛФК после ЧМТ»	5
5	Выполнение практического задания №1 по разделу «ЛФК при поражениях периферических нервов»	10
6	Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при остеохондрозе»	10
7	Презентация по теме (назначается индивидуально)	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно		4 Хорошо	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D		C	B
					A	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.В.22 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В НЕВРОЛОГИИ»

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

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 7.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): овладеть знаниями, умениями и навыками в области лечебной физической культуры при заболеваниях и повреждениях нервной системы с лечебной и профилактической целью.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6
ПК-1	ПК-1. Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	7	
	Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и	7	

ПК-1.2	противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.		
ПК-1.7	Имеет опыт: управления физической нагрузкой занимающихся; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации.	7	

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные понятия о ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы	7	2	-	2		
2	ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения (цереброваскулярная патология)	7	2	6	8		
3	ЛФК после инсульта	7	4	8	10		
4	ЛФК после черепно-мозговой травмы (ЧМТ)	7	2	6	8		
5	ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферических нервов	7	2	6	9		
6	ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ)	7	4	8	10		
7	ЛФК при остеохондрозе позвоночника	7	4	8	8		
8	ЛФК при неврозах	7	4	6	8		
Итого часов: 144			24	48	63	9	Экзамен, курсовая работа

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра анатомии и биологической антропологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.23 Антропологические методы тестирования в клинической
практике и спорте»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «01» сентября 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
анатомии и биологической антропологии
Протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

Составитель:

Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор
кафедры анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;
Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и
биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»;

Рецензент:

Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор кафедры
анатомии и биологической антропологии РУС «ГЦОЛИФК»

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью настоящей дисциплины является формирование у студентов комплексных представлений о биологических закономерностях, лежащих в основе строения и функционирования морфологических систем организма; об изменении этих систем в различных возрастно-половых группах. Создать представление о методическом мониторинге этих систем для выявления возможных патологических состояний.

1. Познакомить студентов с понятием «норма» в строении морфологических систем организма.

2. Дать представление о современных методах исследования в изучении биологии человека, позволяющих контролировать и выявлять возможные патологические отклонения.

3. Раскрыть понимание генетических и средовых факторов в определении различных признаков и функций человека.

Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины вариативной части **Б1.В.23 «Антропологические методы тестирования в клинической практике и спорте»** составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки **49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»**, профиль «Физическая реабилитация». Отличительной чертой данной дисциплины являются методы изучения биологии человека, включая те адаптационные механизмы, которые работают на отдельных этапах онтогенеза и в различных экстремальных режимах функционирования. В связи с этим дисциплина позволяет вооружить специалиста пониманием механизмов взаимодействия «человек- природа» и представлением о генетических и средовых зависимостях в строении и функционировании спортсменов. Это, в свою очередь, способствует эффективному использованию тренировочных приемов для достижения высоких спортивных результатов и полученных навыков в методах контроля и предупреждения

предпатологических состояний опорно- двигательного аппарата.

В системе профессиональной подготовки дисциплина, находясь в ряду фундаментальных, обеспечивает теоретическую базу для дисциплин медико-биологического профиля и возможность контроля и мониторинга за состоянием здоровья занимающихся физической деятельностью для спортивно-практических дисциплин.

Программный материал предусматривает чтение лекций, проведение практических занятий и выполнение расчётно-графических работ. Практические занятия связаны с использованием комплекса методов исследования: антропометрическое и антропоскопическое обследование, статистическая обработка материалов с использованием вычислительной техники и анализ полученных результатов.

Освоение курса, помимо посещения лекций и практических занятий, предполагает работу с учебной литературой и научными источниками.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-3	<i>Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий;</i>	7		8
	<i>осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать</i>			

	психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей			
ПК-3.1.	Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.	7		8
ПК-3.4.	Умеет: оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.	7		8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Методы исследования в биологической антропологии	7	2				
2.	Исследование количественных признаков –	7		4	2		

	антропометрический метод бисследования						
3.	Оценка состава тела	7		2	4		
4.	Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела	7		2	4		
5.	Оценка физического развития с использованием графического метода по построению «Антропометрического профиля»	7		4	6		
6.	Оценка сводов стопы и типов осанки	7		2	6		
7.	Типологии телосложения	7	2				
8.	Измерение силы отдельных групп мышц	7		2	2		
9.	Измерение подвижности суставов с использованием гониометрического метода	7		2	2		
10.	Признаки с непрерывной изменчивостью	7	2				
11.	Признаки с дискретной изменчивостью	7	2				
12.	Формирование кожных узоров в эмбриогенезе и аномалии развития	7	2				
13.	Методы оценки дерматоглифических показателей	7	2				
14.	Оценка дерматоглифических показателей	7		2	6		
15.	Использование дерматоглифического метода в спорте	7		2	4		
16.	Среда обитания и морфологические аспекты экологии спортсменов	7		2			
Форма промежуточной аттестации							Зачет с оценкой
Итого часов: 72 часа			12	24	36		

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Методы исследования в биологической антропологии	8	2		4		
2.	Исследование количественных признаков – антропометрический метод исследования	8		2	4		
3.	Оценка состава тела	8			4		
4.	Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела	8			4		
5.	Оценка физического развития с использованием графического метода по построению «Антропометрического профиля»	8			6		
6.	Оценка сводов стопы и типов осанки	8			4		
7.	Типологии телосложения	8		2	4		
8.	Измерение силы отдельных групп мышц	8			2		
9.	Измерение подвижности суставов с использованием гониометрического метода	8			2		
10.	Признаки с непрерывной изменчивостью	8			2		
11.	Признаки с дискретной изменчивостью	8			2		
12.	Формирование кожных узоров в эмбриогенезе и аномалии развития	8			2		

13.	Методы оценки дерматоглифических показателей	8		2	2		
14.	Оценка дерматоглифических показателей	8			10		
15.	Использование дерматоглифического метода в спорте	8			4		
16.	Среда обитания и морфологические аспекты экологии спортсменов	8		2	6		
Форма промежуточной аттестации							Зачет с оценкой
Итого часов: 72			2	8	62		

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Методы исследования в биологической антропологии

Лекция – 2 часа

Классические методы, применяемые в антропологических исследованиях: антропометрический, антропоскопический, гониометрический, дерматоглифический методы. Методы, заимствованные из других наук: биохимический, физиологический, генетический, цитогенетический, гистологический, археологический, рентгенографический и другие. Количественные и качественные признаки. Антропометрические и антропоскопические признаки. Признаки с непрерывной изменчивостью и с дискретной изменчивостью. Применение методов в разных разделах антропологии.

- *Эволюционная антропология* – антропометрический, генетический и археологический методы.

- *Возрастная антропология* – антропометрический, гониометрический, антропоскопический (для оценки биологического возраста), биохимический, физиологический методы.

- *Конституциональная антропология* – антропометрический, антропоскопический (для оценки конституциональных признаков), физиологический, биохимический, дерматоглифический методы.

- *Спортивная антропология* – антропометрический, гониометрический, антропоскопический, биохимический, физиологический, дерматоглифический, генетический методы.

- *Популяционная генетика* – генетический, цитогенетический, антропометрический методы.

- *Экологическая антропология* – антропометрический, антропоскопический, биохимический, физиологический, дерматоглифический методы.

Тема 2. Исследование количественных признаков

- антропометрический метод исследования

Практические занятия – 4 часа

Студенты повторяют правила измерения антропометром и проводят антропометрические измерения. Измеряются:

- высота антропометрических точек над полом – антропометром;
- диаметры тела – большим толстотным циркулем (или тазомером);
- диаметры дистальных эпифизов плеча, предплечья, бедра и голени – скользящим циркулем (или штангенциркулем);
- обхватные размеры тела – сантиметровой лентой;
- кожно-жировые складки – калипер-циркулем.

Самостоятельная работа – 2 часа

Студенты изучают антропометрические точки, правила измерения антропометром, большим толстотным циркулем, сантиметровой лентой, скользящим циркулем и калипером и проводят антропометрические измерения.

Тема 3. Оценка состава тела

Практическое занятие – 2 часа

На основе проведенных измерений студенты вычисляют поверхность тела по методу Изаксона и компоненты массы тела по методу Матейки. Для

вычисления поверхности тела используются измерения длины тела, измеренной антропометром, и масса тела. Вычисляется абсолютное значение жирового компонента, для чего используются измерения кожно-жировых складок, поверхность тела и константа 1,3.

Для подсчета абсолютного значения мышечного компонента измеряются обхватные размеры сегментов конечностей и кожно-жировые складки на этих сегментах, а также длина тела и константа 6,5.

Для вычисления абсолютного значения костного компонента измерялись диаметры дистальных эпифизов, длина тела и используется константа 1,2. Относительные значения каждого компонента высчитываются в процентах, путем деления абсолютного значения компонента на массу тела.

Использование абсолютных значений компонентов массы тела для индивидуальных динамических наблюдений. Процентный состав тела и внутригрупповые исследования, в том числе в разных спортивных специализациях и между ними. Знакомство с методом биоимпедансометрии.

Самостоятельная работа – 4 часа

Студенты вычисляют абсолютные и относительные значения компонентов массы тела, затем представляют результаты для проверки преподавателю.

Тема 4. Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела

Практическое занятие – 2 часа

Студенты вычисляют продольные размеры тела на основе измеренных над полом высот антропометрических точек. Вычисляются:

- длина тела;
- длина верхнего отрезка;
- длина корпуса;
- длина туловища;
- длина руки;
- длина плеча;
- длина предплечья;

- длина кисти;
- длина ноги;
- длина бедра;
- длина голени.

Пропорции тела – соотношение размеров тела. Пропорции *Homo sapiens*: плечи шире таза, проксимальные отделы конечностей длиннее дистальных. Возрастные изменения пропорций тела. Половые различия в пропорциях тела.

Студенты измеряют рост стоя и рост сидя с помощью деревянного ростомера. Затем вычисляют пропорции тела по методу скелии Мануврие. Преподаватель знакомит студентов и с другим методом оценки пропорций тела – с методом П.Н.Башкирова. Пропорции тела по методу П.Н.Башкирова студенты вычисляют самостоятельно. Методом скелии оценивается макроскелет (длинноноготь), мезоскелет (средненоготь) и брахискелет (коротконоготь). После вычисления пропорций тела разными методами студенты проводят сравнительный анализ, выявляя внутригрупповые различия. Методы оценки пропорций: метод скелии Мануврие, вычисление типа пропорций по методу П.Н. Башкирова (долихоморфный, мезоморфный и брахиморфный).

Самостоятельная работа – 4 часа

Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела по методу П.Н.Башкирова. По методу П.Н.Башкирова определяются относительные (в % к длине тела) значения: длины туловища, длины рук и ног, ширины плеч и таза. Полученные соотношения сравниваются со стандартными значениями, представленными в таблице. По большинству совпавших с табличными значениям выносится оценка принадлежности к типу конституции. Долихоморфный тип характеризуется относительно более узкими плечами и тазом, длинными конечностями и коротким туловищем. Брахиморфный тип: относительно более широкие плечи и таз, длинное туловище и короткие конечности. Мезоморфный тип занимает промежуточное положение.

Полученные результаты представляют преподавателю для проверки.

Тема 5. Оценка физического развития с использованием графического метода по построению «Антропометрического профиля»

Практическое занятие – 2 часа

Понятие «физическое развитие». Студенты вычисляют сигмальные отклонения (+1 сигма, –1 сигма) от средних значений (М), представленных в таблицах. Таблицы составлены с учетом видов спорта, пола и ростовых групп. Оцениваются следующие показатели: длина и масса тела, обхват груди; ширина плеч и таза; длины руки и ноги, плеча и бедра; обхваты плеча и бедра; показатели кистевой динамометрии.

Сигмальные отклонения каждого признака отмечаются на графике и оцениваются по следующим градациям: физическое развитие высокое (от М +2 сигмы до М +3 сигмы), физическое развитие выше среднего (от М +1 сигма до М +2 сигмы), физическое развитие среднее (от М +1 сигма до М –1 сигма), физическое развитие ниже среднего (от М –1 сигма до М –2 сигмы), физическое развитие низкое (от М –2 сигмы до М –3 сигмы). Отмеченные на графике сигмальные отклонения признаков соединяются прямыми линиями, и по большинству признаков выносится общая оценка физического развития.

Самостоятельная работа – 6 часов

Студенты оценивают физическое развитие методом построения «Антропометрического профиля». Затем проводят сравнительный внутригрупповой анализ.

Тема 6. Оценка сводов стопы и типов осанки

Практическое занятие – 2 часа

Своды стопы оцениваются следующими методами:

- педометрический метод – измерение высоты свода стопы до ладьевидной бугристости (этим методом оценивается высота медиального продольного свода стопы);

- плантографический метод – снятие отпечатков стоп (этим методом высчитывается и затем оценивается состояние всех сводов стопы).

Студенты оценивают полученные результаты в сравнении со стандартными значениями и затем проводят сравнительный внутригрупповой анализ.

Осанка – привычная поза непринужденно стоящего человека. Типы осанок по Николаеву: выпрямленная, нормальная, сутуловатая, кифотическая и лордотическая осанки. Осанка оценивается по выраженности изгибов позвоночного столба в сагиттальной плоскости. Измерение выраженности изгибов позвоночного столба разными методами: гониометрическим методом (с помощью гониометра Гамбурцева) и плантографическим методом (с помощью палочкового контурографа). Студенты оценивают тип своей осанки, высчитывая выраженность лордозов и кифозов по отклонениям изгибов от вертикали.

Сколиоз – изгиб позвоночного столба во фронтальной плоскости.

Самостоятельная работа – 4 часа

Студенты учатся определять своды стопы разными методами, в том числе, измерительным и плантографическим. Сделать вычисление сводчатости стопы по формулам.

Научиться оценивать осанку с помощью гониометрического метода.

Оформить и представить результаты расчетно-графической работы.

Тема 7. Типологии телосложения

Практическое занятие – 2 часа

Типы конституции по схеме Штефко-Островского (для детей): астеноидный, торакальный, мышечный и дигестивный. Студенты оценивают визуальным методом конституциональные признаки: форму спины, груди и живота; развитие мускулатуры, жиротложение и массивность скелета; форму ног. Затем определяют тип конституции.

Типы конституции по схеме В.В. Бунака (2-ая схема) – для мужчин: грудной, мускульный и брюшной типы. Типы конституции для женщин по схеме И.Б. Галанта: лептосомные конституции (астенический и стенопластический типы), мезосомные конституции (пикнический и мезопластический типы), мегалосомные конституции (атлетический, субатлетический и эурипластический типы).

Знакомство с оценкой соматотипа по схемам У.Шелдона и Б.Хит-Дж.Картера. Соматотип определяется по степени развития производных в эмбриональном периоде: эндоморфии, мезоморфии и эктоморфии. Каждому компоненту дается балловая оценка и соматотип оценивается тремя цифрами. Полученная оценка и выполненные фотографии сравниваются со стандартами, занесенными в «Альбом для мужчин Шелдона». По схеме Хит-Картера используются еще и измерительные признаки. Последняя схема универсальна, поэтому часто используется в спортивной антропологии.

Студенты оценивают типы конституции в группе по методу Штефко-Островского. Преподаватель контролирует правильность визуальной оценки телосложения, которую самостоятельно проводит студент.

Тема 8. Измерение силы отдельных групп мышц

Практическое занятие – 2 часа

Студенты знакомятся с методами измерения силы отдельных групп мышц:

- кистевую динамометрию правой и левой руки;
- становую силу – силу разгибателей спины;
- силу сгибателей плеча;
- силу сгибателей предплечья;
- силу разгибателей плеча;
- силу разгибателей предплечья;
- силу сгибателей бедра;
- силу сгибателей голени;
- силу сгибателей стопы;

- силу разгибателей бедра;
- силу разгибателей голени;
- силу разгибателей стопы.

Затем подсчитываются суммарные значения:

- силы мышц верхней конечности;
- силы мышц нижней конечности;
- суммарная сила всех мышц.

Самостоятельная работа – 2 часа

Студенты проводят измерения силы отдельных групп мышц. Студенты проводят сравнительный анализ внутригрупповых значений.

Тема 9. Измерение подвижности суставов с использованием гониометрического метода

Практическое занятие – 2 часа

Студенты измеряют с помощью угломера (или гониометра):

- сгибание плеча и разгибание плеча – в зафиксированном положении туловища;
- сгибание предплечья – в зафиксированном положении плеча;
- сгибание и разгибание кисти – в зафиксированном положении предплечья;
- сгибание и разгибание бедра – в зафиксированном положении туловища;
- сгибание голени – в зафиксированном положении бедра;
- сгибание и разгибание стопы – в зафиксированном положении голени.

Затем студенты узнают подвижность сегментов конечностей путем сложения величин сгибаний и разгибаний в суставе. В локтевом и коленном суставах – только одно движение: сгибание.

Самостоятельная работа – 2 часа

Студенты измеряют сгибание и разгибание в суставах, затем вычисляют подвижность в суставах. Проведенный далее внутригрупповой

анализ результатов измерения продемонстрирует, какие виды спорта отличаются большей подвижностью.

Тема 10. Признаки с непрерывной изменчивостью

Лекция – 2 часа

Непрерывная изменчивость признаков. Качественные и количественные признаки.

Цвет кожи. Расположение меланоцитов в эпидермисе. Количество и расположение меланоцитов. Изменчивость цвета кожи. Зависимость пигментации от активности меланоцитов. Географическое распределение цвета кожи. Промежуточные значения оттенков – бурые и смугловатые. Цвет кожи оценивается с использованием стандартной цветовой шкалы. Солнечная инсоляция и загар.

Цвет волос. Количество и тип пигмента в корковом слое волосяного стержня. Зернистый меланин – темный пигмент. Диффузный феомеланин – красноватые оттенки волос. Светлые и пепельные волосы не имеют феомеланина. Солнечная инсоляция и адаптивное значение цвета волос. Определение цвета волос с помощью стандартных оценочных шкал.

Цвет глаз. Количество и положение меланина в различных слоях сосудистой оболочки (радужины). Голубовато-серый цвет глаз – в передних слоях пигмента нет. Оттенки светлых глаз: серый, серо-голубой, голубой и синий. К темному цвету глаз относятся: черный (зрачок и радужина одного цвета), темно-карий (равномерная окраска радужины), светло-карий (неравномерная окраска радужины), желтый. Переходные оттенки цвета глаз: буро-желто-зеленый, зеленый, серо-зеленый, с венчиком вокруг зрачка. Каждому цвету глаз присваивается номер при сравнении со стандартной цветовой шкалой. Выделено 12 вариантов цвета глаз. Альбинизм. Цвет глаз и расовая принадлежность.

Форма волос. Прямые, широковолнистые, волнистые, узковолнистые, локоновые, вьющиеся, слабокурчавые, сильнокурчавые, слабоспиральные и сильноспиральные. Степень изгиба и форма поперечного среза. Степень

жесткости волос – жесткие и мягкие. Длина волос, их жесткость и форма волос.

Форма глаз. Эпикантус – монголоидная форма глаз. Форма носа. Высота переносья. Оценка формы глаз и пропорций носа. Толщина губ. Форма ушной раковины. Балловая оценка этих признаков.

Количественные признаки с непрерывной изменчивостью. Измерение расовых признаков на лице. Продольные размеры тела и пропорции. Одонтологические признаки. Измерительные и описательные одонтологические признаки. Наследственная обусловленность вышеперечисленных признаков.

Дерматоглифические признаки. Кожные гребешки на ладонях и подошвах. Индивидуальная неповторимость кожных узоров. Трирадиусы и дельты. Петли и трирадиусы. Узоры на пальцах: дуги (без трирадиусов) – А; петли (один трирадиус) – L; завиток (два трирадиуса) – W. Составные узоры. Подсчет дельтового индекса, индекса Камминса (показатель линий на ладонях), положение осевого карпального трирадиуса наличие узоров на тенаре (возвышение первого пальца) и гипотенаре (возвышение пятого пальца), добавочные трирадиусы на ладонных межпальцевых подушечках.

Тема 11. Признаки с дискретной изменчивостью

Лекция – 2 часа

Дискретная изменчивость и различие фенотипов – генетический полиморфизм популяции.

Иммунные системы крови. Белковые и полисахаридные молекулы (или конгломераты молекул) на поверхности форменных элементов крови – антигены. Свободное расположение молекул в плазме, комплементарных поверхностным структурам антигенов – антитела. Присоединение антител к антигенам и лишение их активности – инактивация инородных белков. Набор антител и антигенов – биохимическая индивидуальность человека.

Система АВО. Локус расположен в 9-й хромосоме. Имеет три аллеля.

- Группа О (I); антигенов на эритроцитах нет; антитела в сыворотке:

- анти-А и анти-В.
- Группа А (II); антиген А; антитела: анти-В.
- Группа В (III); антиген В; антитела: анти-А.
- Группа АВ (IV); антигены А и В; антител нет.

Система *Rhesus*. Локализация системы на 1-й хромосоме. Несовместимость матери и плода по системе *Rhesus*. Если у матери Rh-отрицательный, а у ребенка - положительный, то при первой беременности у матери накапливаются антитела, которые являются губительными для плода при второй беременности матери.

Существуют защитные системы не только в крови, но и в тканях.

Есть признаки, проявляющиеся дискретно (есть-нет) и имеющие непрерывное распределение одной из его форм: способность ощущать вкус фенилтиокарбанида (ФТС); обонятельная чувствительность к различным пахучим веществам; цветовое зрение; ряд признаков на черепе. Цветовое зрение контролируется двумя аллелями, сцепленными с X-хромосомой. Дальтонизм. Нарушение желто-голубого спектра – аутосомное наследование.

На черепе встречаются дополнительные вставочные косточки, дополнительные отверстия для сосудов и нервов, дополнительные швы и гребни.

Многие признаки изменяются в онтогенезе, что важно учитывать при сравнительном анализе разных популяций.

Тема 12. Формирование кожных узоров в эмбриогенезе и аномалии развития

Лекция – 2 часа

Образование кожного рисунка папиллярными гребнями. Межгребневые борозды. Рисунки папиллярных линий: дуги – А, петли – L, завиток – W. Дуга – открытый узор в виде арки. Петля – открытый рисунок в сторону локтевой кости (радиальный – Lr) и в сторону лучевой кости

(ульнарный – Lu). На закрытой стороне рисунка петли есть трирадиус (дельта). Завиток – замкнутый рисунок, имеет с двух сторон трирадиусы (дельты). Есть и сложные рисунки с менее определенной формой.

Кожные гребешковые рисунки формируются в эмбриогенезе. С шестой по восьмую недели внутриутробного развития происходит дифференцировка пальцев рук. В два месяца у плода появляются кожные кровеносные сосуды. В два с половиной месяца происходит вращение нервных волокон в поверхностные слои кожи. На восьмой неделе формируются возвышения на дистальных фалангах пальцев рук, часто от большого пальца к мизинцу. К концу второго месяца оформляются подушечки под пальцами. Начало гребнеобразования происходит в десять-тринадцать недель с образования выступов эпидермиса и дермы. Появляются потовые сосочки и закладываются потовые железы.

Единый процесс формирования потовых желез и папиллярных узоров. На десятой-одиннадцатой неделе гены запускают процесс формирования гребешковой кожи. Рельеф образуется к двадцать второй – двадцать четвертой неделе внутриутробного развития. Начиная с двадцать четвертой недели устанавливаются функции кожи как тактильного органа. К моменту рождения завершается формирование кожного рисунка.

Врожденные аномалии развития часто находят свое отражение также и в отклонениях от нормального рельефа кожи. Папиллярный рельеф кожи связан с топографическими особенностями нервной системы. Например, среди больных шизофренией кожные дисплазии встречаются почти в три раза чаще, чем среди здоровых людей. У них также были найдены белые линии. У больных, страдающих слепотой, повышен разрыв папиллярных гребней. При болезни Дауна имеется единичная сгибаемая борозда мизинца, деформация средней фаланги этого пальца и сильная исчерченность ладони глубокими бороздами. Такая исчерченность есть и у больных с синдромом Шерешевского-Тернера.

Патологические изменения гребешковой кожи встречаются и у здоровых людей, но в небольшом проценте случаев и с меньшей выраженностью дефекта.

У больных с синдромом Клайнфельтера увеличено количество дуговых узоров на пальцах и снижен гребневой счет.

Трисомия по 13-15 хромосомам имеет врожденный дефект глазного яблока, расщепление твердого нёба (волчья пасть) и верхней губы (заячья губа), недоразвитие некоторых органов, часто появляются добавочные пальцы на конечностях (полидактилия). Трисомия этих хромосом называется «синдром Патау». Больные имеют нарушения кожного рисунка, разрывы гребешков и крупные рисунки на тенаре.

При синдроме Эдварса (нарушение 16-18 хромосом) существует деформация головы и шеи, искривление конечностей, пороки сердца и других внутренних органов. У этих больных часто присутствует одна борозда на ладони, на всех пальцах дуговые узоры, указательный палец длиннее среднего. При «синдроме кошачьего крика» (нарушение 5 хромосомы) происходит недоразвитие гортани и искажение голоса, деформация лица и черепа, пороки сердца и других органов. У этих больных часто бывает полное отсутствие гребешков на ладонях и подошвах, высокое расположение осевого ладонного трирадиуса, отсутствие пальцевого трирадиуса среднего пальца и др.

У больных шизофренией и эпилепсией увеличенная частота дуг и уменьшение размера рисунков и гребневого счета, прерывание гребней. Часто диагноз можно поставить по проявлениям дерматоглифических аномалий. Влияние генетических и средовых факторов на проявление рисунка кожных узоров.

К генетическим факторам относятся генные, хромосомные и геномные мутации, изменяющие звенья ферментативной и гормональной регуляции. Неблагоприятные факторы среды (инфекционные и другие) влияют на реализацию генов, управляющих дерматоглифическим комплексом.

Сцепленное наследование – возможная причина нарушений в дерматоглифике у больных с генными наследственными болезнями.

Тема 13. Методы оценки дерматоглифических показателей

Лекция – 2 часа

Использование отпечатков пальцев на документах и глиняной посуде с древних времен. 618-906 г. – стали применять для поиска преступников в Китае. Первая классификация пальцевых узоров. Выделение дерматоглифики в самостоятельное направление науки.

XVII век – первые исследования и публикации по строению узоров на пальцах и ладонях (английский врач Грю, голландский анатом Бидл, профессор анатомии Болонского университета М.Мальпиги, чешский врач Я.Пуркинье).

Первые использования в юридической практике с 1877 года – англичанин В.Гершель. Он отметил, что узоры на пальцах и ладонях не изменяются с возрастом. Научное обоснование идентификации личности – Ф.Гальтон. Классификация папиллярных рисунков Гальтона-Генри. Пять основных типов узоров: А – бездельтовые узоры с параллельными линиями; Т – шатровые дуги (бездельтовые узоры); R - радиальные петли (со стороны локтевой кости) – однодельтовые; U – ульнарные петли (со стороны лучевой кости) – однодельтовые; W – трирадиусы с двух сторон – это двудельтовые узоры. Понятие трирадиуса или дельты. Трирадиус располагается на закрытой стороне рисунка, в месте схождения трех разнонаправленных линий.

Использование дактилоскопического метода в России с 1907 года. Исследования В.И. Лебедева и П.С. Семеновского по наследованию узоров и распределению узоров у разных народов. Исследование взаимосвязи формирования узоров с функцией осязания и тактильной чувствительности в процессе эволюции. С XX века кожные рисунки изучают биологи, генетики и антропологи. Проводятся посемейные и близнецовые исследования, а также исследование генетической патологии в клинической практике.

Новая усовершенствованная классификация кожных узоров, предложенная американскими учеными Г.Камминсом и Ч.Мидло. Термин «дерматоглифика» Г.Камминса и Ч.Мидло был утвержден в 1926 году на Американской сессии анатомов. Классификация и термин используются и в настоящее время.

Тема 14. Оценка дерматоглифических показателей

Практическое занятие – 4 часа

Студенты знакомятся с дерматоглифическим методом исследования и учатся делать отпечатки, на которых хорошо видны все папиллярные узоры и ладонные линии. Студенты изучают рисунок на отпечатках пальцев с помощью лупы:

- определяют дуги, петли и завитки;
- учатся подсчитывать количество гребней от середины узора до дельты;
- подсчитывают суммарный гребневой счет на каждой руке;
- проводят сравнение суммарного гребневого счета у представителей разных видов спорта;

оценивают суммарный гребневой счет у лиц с нарушением слуха и у лиц с нарушением зрения.

Самостоятельная работа - 8 часов

Студенты учатся делать отпечатки пальцев, определяют рисунок на пальцах (дуги, петли и завитки) и высчитывают гребневой счет на каждом пальце и суммарный гребневой счет. Полученные результаты исследования сдаются во время микрозачета.

Тема 15. Использование дерматоглифического метода в спорте

Практическое занятие – 2 часа

Пальцевая дерматоглифика и исследование физических качеств и морфологических признаков у спортсменов высокой квалификации.

Характер двигательных режимов в циклических видах спорта со скоростно-силовым характером (например, коньки-спринт, шорт-трек, бег-спринт), с динамической выносливостью (например, гребля, лыжные гонки, плавание, бег на длинные дистанции). Первая группа характеризуется пониженным количеством завитков и суммарного гребневого счета, повышением дуг и петель по сравнению со второй группой.

Ациклические виды спорта (например, игровые виды, фигурное катание, фристайл) имеют повышение суммарного гребневого счета и количества завитков, снижение количества дуг и петель по сравнению с циклическими видами скоростно-силовой направленности. Виды спорта со сложной биомеханикой двигательных действий (например, вольная борьба, тяжелая атлетика, бокс, коньки-многоборье) характеризуются максимальным гребневым счетом, количеством завитков, практическим отсутствием дуг и минимальным количеством петель по сравнению с циклическими видами и частично с игровыми.

Показатели пальцевой дерматоглифики являются генетическими маркерами физических способностей человека, и могут использоваться при отборе в разные виды спорта.

Самостоятельная работа – 4 часа

Студенты пишут реферат на тему: «Использование дерматоглифического метода исследования в спорте и в клинической практике».

Тема 16. Среда обитания и морфологические аспекты экологии спортсменов

Практическое занятие – 2 часа

Общая характеристика среды обитания. Факторы естественной и искусственной среды. Концепция целостности в восприятии человека и окружающего его мира. Общие законы для живой и неживой природы.

Выяснение форм изменчивости индивида под воздействием факторов среды. Учет возрастно-половой, конституциональной и этнической принадлежности. Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Гипотеза «конфликта организма со средой».

Понятия адаптации и акклиматизации. Биологический аспект адаптации: исторический и онтогенетический. Морфологические и физиолого-биохимические параметры адаптации организма человека. Экологические особенности конституции человека. Географические различия адаптивных сообществ. Классические экологические правила Бергмана и Аллена применительно к популяциям человека.

Адаптивные типы: арктический, тропический, аридный, высокогорный. Эколого-морфологические закономерности. Фактор холодового стресса и структурные особенности организма человека.

Степень восприимчивости индивида к факторам среды. Конфликт организма со средой. «Экологическая дифференциация пола» как степень полового диморфизма в разных климатогеографических зонах.

Человеческий фактор и его оценка с разных позиций: трудовой деятельности, профессиональной и спортивной. Морфологические аспекты адаптации организма. Работы П.Ф.Лесгафта по структурно-функциональным зависимостям. Разграничение биологических и социальных аспектов в морфологических проявлениях адаптации. Противоречия этих аспектов.

Спортсмены разных этно-территориальных групп. Адаптация спортсменов к экстремальным условиям в соревновательном периоде. Стратегия адаптации с учетом длительности приспособления организма и надежности возникающих при этом механизмов. Проблема сохранения здоровья на фоне высоких спортивных достижений.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Вопросы для зачета с оценкой

1. Методы исследования в биологической антропологии.
2. Антропометрические и антропоскопические признаки.
3. Признаки с дискретной изменчивостью.
4. Признаки с непрерывной изменчивостью.
5. Правила измерения антропометром.
6. Антропометрические точки и измерение их высоты над полом.
7. Измерение обхватных размеров тела.
8. Измерение диаметров тела.
9. Измерение кожно-жировых складок.
10. Вычисление компонентов массы тела.
11. Какие измерения необходимо произвести для последующего вычисления мышечного компонента?
12. Какие измерения проводят для последующего вычисления костного компонента?
13. Измерение подвижности суставов.
14. Измерение силы отдельных групп мышц.
15. Типы осанок и методы их оценки. Патологические осанки.
16. Своды стопы. Методы оценки сводчатости стопы. Плоскостопие.
17. Морфологическая конституция. Конституциональные признаки. Конституциональные схемы.
18. Оценка типа конституции по схеме Штефко-Островского.
19. Оценка морфологической конституции мужчин и женщин.
20. Дерматоглифический метод исследования.
21. Аномалии развития и дерматоглифика.
22. Дерматоглифические исследования в спорте.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; ответственный редактор В. В. Афанасьев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 209 с. <https://urait.ru/bcode/513404>
2. Темерева, В. Е. Измерения и контроль в спортивной метрологии : учебно-методическое пособие / Г. Е. Шульгин; В. Е. Темерева .— Малаховка : МГАФК, 2017 .— 54 с <https://lib.rucont.ru/efd/772186>
3. Антропология : учебно-методический комплекс : [16+] / сост. Б. Х. Панеш. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. — 376 с. : табл. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446516>
4. Биология человека : методические указания / Гниломедова Л.П. — Кинель : РИО СамГАУ, 2019 .— 48 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=700729>
5. Козлова, М. А. Антропология : учебник и практикум для вузов / М. А. Козлова, А. И. Козлов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 319 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/512349>

б) Дополнительная литература:

1. Использование метода комплексной антропометрии в спортивной и клинической практике : метод. рекомендации / Д.Б. Никитюк, Е.А. Бурляева, В.А. Тутельян, К.В. Выборная .— Москва : Спорт, 2018 .— 64 с. : ил. — ISBN 978-5-9500179-9-5 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641190>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.dic.academic.ru>; [Атлас анатомии человека \(academic.ru\)](http://www.academic.ru)
2. <http://www.nedug.ru/library>. [Анатомия и физиология - Медицинская библиотека \(nedug.ru\)](http://www.nedug.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
 - 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
 - 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
 - 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Образовательная платформа Юрайт \(ura.it.ru\).](http://ura.it.ru)
2. [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
3. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru).
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru <http://elibrary.ru/>
4. Фонд знаний «Ломоносов»
<http://www.lomonosov-fund.ru/enc/ru/encyclopedia>
5. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
6. Большая Медицинская Энциклопедия (<https://xn--90aw5c.xn--c1avg/>)
7. Медицинская энциклопедия
(https://gufo.me/dict/medical_encyclopedia?)
8. Спортивная медицина – электронные медицинские книги
(<https://www.sportmedicine.ru/books.php>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе

профессиональные базы данных:

1. МедУнивер – MedUniver.com
(<https://meduniver.com/Medical/Anatom/>)
2. База знаний по биологии человека (<http://humbio.ru>)
3. Электронная библиотечная система «Консультант студента»
(<https://www.studentlibrary.ru>)
4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
<https://cyberleninka.ru/>
5. Федеральный портал «Российское образование» <https://edu.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийные классы, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Секционные залы (учебные аудитории) для проведения практических занятий с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, набором таблиц, муляжей, барельефов.
5. Анатомический музей, включающий натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты для проведения занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и персональным компьютером с выходом в сеть Internet.
6. Гистологическая лаборатория с микроскопами и гистологическими препаратами.

7. Компьютерный класс с персональными компьютерами с программным обеспечением, с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

8. Антропологическая лаборатория, включающая анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01» Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01» Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; плантограф, динамометры, медицинские весы.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Б1.В.23 Антропологические методы тестирования в клинической практике и спорте» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) направленности (профилю) «Физическая реабилитация» очная и заочная формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: анатомии и биологической антропологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): очная форма 7 семестр, заочная форма 8 семестр

Форма промежуточной аттестации: **зачет с оценкой**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания №1 по разделу «Антропометрические измерения и вычисление продольных размеров тела»	25 неделя	20
2	Выполнение практического задания №2 по разделу «Вычисление поверхности и состава тела: мышечного, костного и жирового компонентов и пропорции тела»	32 неделя	15
3	Выполнение практического задания №3 по разделу «Построение «Антропометрического профиля физического развития»	36 неделя	15
4	Презентация по тем: «Дерматоглифические методы исследования»	41 неделя	20
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачёт с оценкой		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу (модулю) «Антропометрический метод	5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	исследования»	
2	Выступление на семинаре «Пропорции тела. Градиент роста»	10
3	Подготовка доклада «Физическое развитие. Методы оценки»	10
4	Написание реферата по теме «Антропологические методы исследования в спортивном отборе»	15
5	Презентация по теме «Оценка осанки и сводчатости стопы у спортсменов разных видов спорта»	10
6	Презентация по теме «Дерматоглифический метод оценки генетических нарушений»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра анатомии и биологической антропологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**« Б1.В.23 Антропологические методы тестирования в клинической
практике и спорте»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»**
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): очная форма 7 семестр
заочная форма 8 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью настоящей дисциплины является формирование у студентов комплексных представлений о биологических закономерностях, лежащих в основе строения и функционирования морфологических систем организма; об изменении этих систем в различных возрастно-половых группах. Создать представление о методическом мониторинге этих систем для выявления возможных патологических состояний.

1. Познакомить студентов с понятием «норма» в строении морфологических систем организма.

2. Дать представление о современных методах исследования в изучении биологии человека, позволяющих контролировать и выявлять возможные патологические отклонения.

3. Раскрыть понимание генетических и средовых факторов в определении различных признаков и функций человека.

Программа реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-3	Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных	7		8

	<i>мероприятий;</i>			
	<i>осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей</i>			
ПК-3.1.	<i>Знает: Технологии мониторинга и оценки результатов физической реабилитации; типы документации и способы их ведения, классификацию документов, процедуру их согласования и принятия; критерии оценки индивидуальной нуждаемости лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в физической реабилитации.</i>	7		8
ПК-3.4.	<i>Умеет: оценивать эффективность применяемых методов физической реабилитации, оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов; развивать и поддерживать обмен профессиональными знаниями с другими специалистами по комплексной реабилитации.</i>	7		8

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

№	Раздел дисциплины (модуля)		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Методы исследования в биологической антропологии	7	2				
2.	Исследование количественных признаков – антропометрический метод биисследования	7		4	2		
3.	Оценка состава тела	7		2	4		
4.	Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела	7		2	4		
5.	Оценка физического развития с использованием графического метода по построению «Антропометрического профиля»	7		4	6		
6.	Оценка сводов стопы и типов осанки	7		2	6		
7.	Типологии телосложения	7	2				
8.	Измерение силы отдельных групп мышц	7		2	2		
9.	Измерение подвижности суставов с использованием гониометрического метода	7		2	2		
10.	Признаки с непрерывной изменчивостью	7	2				
11.	Признаки с дискретной изменчивостью	7	2				
12.	Формирование кожных узоров в эмбриогенезе и аномалии развития	7	2				
13.	Методы оценки дерматоглифических показателей	7	2				
14.	Оценка дерматоглифических показателей	7		2	6		
15.	Использование дерматоглифического метода в спорте	7		2	4		
16.	Среда обитания и морфологические аспекты	7		2			

	экологии спортсменов						
Форма	промежуточной						Зачет с
аттестации							оценкой
Итого часов: 72 часа		12	24	36			

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Методы исследования в биологической антропологии	8	2		4		
2.	Исследование количественных признаков – антропометрический метод исследования	8		2	4		
3.	Оценка состава тела	8			4		
4.	Вычисление продольных размеров тела и пропорций тела	8			4		
5.	Оценка физического развития с использованием графического метода по построению «Антропометрического профиля»	8			6		
6.	Оценка сводов стопы и типов осанки	8			4		
7.	Типологии телосложения	8		2	4		
8.	Измерение силы отдельных групп мышц	8			2		
9.	Измерение подвижности суставов с использованием гониометрического метода	8			2		
10.	Признаки с непрерывной изменчивостью	8			2		
11.	Признаки с дискретной изменчивостью	8			2		
12.	Формирование кожных узоров в эмбриогенезе и аномалии развития	8			2		

13.	Методы оценки дерматоглифических показателей	8		2	2		
14.	Оценка дерматоглифических показателей	8			10		
15.	Использование дерматоглифического метода в спорте	8			4		
16.	Среда обитания и морфологические аспекты экологии спортсменов	8		2	6		
Форма промежуточной аттестации							Зачет с оценкой
Итого часов: 72			2	8	62		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.24 Частные методики лечебного массажа»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

профиль:

«Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г

Москва – 2018г

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 77 от «25» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол № 1 от «01» сентября 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол № 35 от «17» мая 2018г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Сакизова-Серазини

Протокол № 1 от «05» сентября 2024 г.

Составитель:

Саламатов Михаил Борисович кандидат педагогических наук, доцент – доцент
кафедры Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Тарасов Александр Викторович кандидат медицинских наук, доцент – доцент
кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ;

1. Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины являются: подготовка специалистов, способных к целостному и системному анализу проблем современной жизни на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа с лечебной и лечебно-профилактической целями и на этой основе научить их навыкам применения частных методик лечебного массажа при различных заболеваниях.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Частные методики лечебного массажа» занимает существенное место в профессионально-педагогической подготовке специалистов и относится к профильному циклу вариативной части. Проблема лечения заболеваний и восстановления здоровья, функционального состояния и трудоспособности после травм и перенесенных заболеваний, массаж в комплексе с ЛФК, физиотерапией и другими процедурами играет важную роль в этой области.

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется анатомо-физиологическим особенностям лечебного массажа, механизмам действия массажа, гигиеническим основам массажа и классификации лечебного массажа.

Основная часть курса дисциплины «Частные методики лечебного массажа» являются теоретико-практическое освоение студентами частных методик лечебного массажа при различных заболеваниях и повреждениях. освоение техники и методики аппаратного массажа: вибро-, пневмо- и гидромассажа. Ознакомление с особенностями комбинированного массажа, а также сочетание ручного массажа с физио- и гидротерапией, криомассажем, кремами, мазями, растирками и маслами.

Массаж отдельных частей тела и методики сеансов частного лечебного массажа студенты осваивают в парах, поочередно занимая место массируемого

и массирующего. Это позволяет приобрести более профессиональные навыки и понимание физиологического и физического состояния массируемых частей тела и тканей.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам массажа и практическим навыкам. Проверка самостоятельной работы студентов по теоретическим основам лечебного массажа осуществляется во время консультаций и собеседования, проверка знаний по овладению практическими навыками массажа проводится путем демонстрации частных методик лечебного массажа на отдельных участках тела.

Зачет для очной формы обучения включает вопросы теории и практическую демонстрацию частных методик лечебного массажа.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина, ТФВ и дисциплины спортивно-педагогического цикла.

Рабочая программа дисциплины «Частные методики лечебного массажа» имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам, т.е. 72 часа, из них для очной формы обучения 14 часов – лекций, 28 часов – практических занятий, 30 часов – самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения		
1	3	5	6	7
ПК-2	Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления временно утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения реабилитационного процесса	7		
ПК-2.1	Знает: - основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; - физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека;	7		
ПК-2.3	Умеет: - владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; - оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций;	7		
ПК-2.5	Имеет опыт: Определения механизмов формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	7		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I ОБЩИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА	7	4		8		
2	1.1. Общие понятия о лечебном массаже	7	2		2		
3	1.2. Системы лечебного массажа. Методы лечебного массажа и методика их комбинирования.	7			2		
4	1.3. Формы и классификация видов лечебного массажа	7	2		2		
5	1.4. Сочетание массажа с физическими методами лечения. Гели, растирки и мази в лечебном массаже	7			2		
6	II. КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ	7	10	28	22		
7	2.1 Лечебный массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	7	2	6	4		
8	2.2. Лечебный массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	7	2	6	4		
9	2.3. Лечебный массаж при заболеваниях органов дыхания	7	2	4	4		
10	2.4. Лечебный массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	7	2	6	4		
11	2.5. Лечебный массаж при заболеваниях желудочно-	7	2	4	4		

	кишечного тракта						
12	2.6. Лечебный массаж при нарушениях обмена веществ	7		2	2		
13							Зачет
Итого часов: 72		14	28	30			

II. Содержание курса

Раздел 1. Общие основы лечебного массажа.

Раздел 2. Классификация видов лечебного массажа и методика проведения.

1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА

Тема 1.1 Общие понятия о лечебном массаже.

Место лечебного массажа в лечении реабилитации. Механизмы лечебного и восстанавливающего действия лечебного массажа. Гигиенические требования к проведению лечебного массажа (помещению, инвентарю, массажисту, пациенту). Режим работы массажиста. Показания и противопоказания к назначению лечебного массажа.

Тема 1.2 Системы лечебного массажа. Методы лечебного массажа и методика их комбинирования

Понятие о системах лечебного массажа. Методы лечебного массажа.

Характеристика классического, сегментарно-рефлекторного, периостального и других видов и особенности их проведения при повреждениях и заболеваниях.

Виды аппаратного метода массажа и методика их выполнения. Продолжительность сеанса общего, частного аппаратного массажа.

Комбинированный метод массажа и методика его проведения. Ножной массаж и его применение в лечебной практике.

Тема 1.3 Формы и классификация видов лечебного массажа

Формы лечебного массажа. Краткая характеристика сеанса общего массажа (взаимомассажа, квадримассажа, парного массажа и самомассажа).

Методика проведения сеанса общего массажа по участкам тела, чередование приемов, распределение времени на приемы и массаж отдельных частей тела.

Сеанс частного массажа. Характеристика сеанса частного массажа и особенности его проведения. Понятие о сеансе (процедуре) и курсе лечебного массажа.

Классификация лечебного массажа

Массаж при травматических повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: массаж при заболеваниях нервной системы; массаж при заболеваниях органов пищеварения; массаж при нарушении обмена веществ.

Тема 1.4 Сочетание массажа с физическими методами лечения. Гели, растирки и мази в лечебном массаже

Массаж в сочетании с физическими методами лечения. Цель использования тепловых процедур. Последовательность применения тепловых процедур и массажа. Особенности массажа с применением грязей, парафина. Методы сочетания массажа со светолечебной процедурой. Методика массажа при сочетании с электролечением.

Методика применения гелей, мазей, растирок и т.п. с лечебной целью в процессе массажа.

2. КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА, ИХ РАЗНОВИДНОСТЕЙ, ФОРМЫ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ

Тема 2.1 Лечебный массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата

Понятия о сеансе лечебного массажа при травмах и заболеваниях. Понятие о периодах применения лечебного массажа. Роль отсасывающего массажа; его методика. Особенности массажа мягких тканей, связок, костей.

2.1.1 Методика сеанса лечебного массажа при повреждениях мягких тканей

Сроки назначения сеанса массажа. Приемы массажа при повреждении мягких тканей. Комбинирование массажа с ЛФК, тепловыми процедурами и

лечебными мазями. Отсасывающий массаж и методика его проведения. Продолжительность сеанса и количество повторений в сутки.

- Методика лечебного массажа при растяжении связок суставов. Механизмы лечебного действия. Сроки назначения лечебного массажа. Особенности сеанса массажа при повреждениях связок: коленного, голеностопного, лучезапястного, локтевого, плечевого суставов и др. Методы массажа в профилактике образования контрактуры. Комбинирование массажа с ЛФК, физиопроцедурами и механотерапией, мазями и растирками.

- Методика массажа при паратенитах. Механизмы лечебного действия массажа. Показания и противопоказания. Особенности первых 3-4 сеансов массажа. Особенности массажа на больном участке. Продолжительность и количество повторений сеансов в сутки. Отличие вводной и заключительной части сеанса массажа от основной. Сочетание массажа с согревающими и лечебными мазями. Комбинирование физиопроцедур с массажем.

- Методика массажа при тендовагинитах. Механизмы лечебного действия массажа. Сроки назначения массажа. Приемы массажа. Особенности сеанса массажа (интенсивность). Роль отсасывающего массажа. Особенности массажа; и положение больного при заболевании разгибателей предплечья, пальцев кисти рук, голени, стопы и ахиллова сухожилия. Сочетание массажа с ЛФК, тепловыми процедурами, ваннами, грелками, баней, компрессами, согревающим и лечебными мазями. Количество сеансов в сутки.

- Методика массажа при бурсите. Механизмы лечебного действия массажа. Сроки назначения массажа. Приемы массажа. Положение больного при массаже коленного, локтевого суставов. Сочетание массажа с ЛФК, тепловыми процедурами. Курс массажа, количество сеансов в сутки.

- Методика массажа после оперативного сшивания разрыва ахиллова сухожилия. Механизм лечебного действия массажа. Роль отсасывающего массажа. Сроки назначения лечебного массажа после сшивания. Приемы массажа в первые сеансы после сшивания и последующие (т.е. по периодам).

Комбинирование массажа с другими физическими методами лечения.
Сочетание массажа с ЛФК.

2.1.2 Массаж при переломах костей верхнего плечевого пояса

Механизм лечебного действия массажа. Сроки назначения массажа. Положение больного, конечности. Роль отсасывающего массажа. Особенности методики массажа по периодам. Методика сегментарно-рефлекторного массажа. Цель и методика применения вибрационного массажа. Пассивные и активные движения. Сочетание массажа с другими физическими методами лечения.

2.1.3 Массаж при переломах костей нижних конечностей

Сроки назначения массажа. Особенности методики массажа в зависимости от локализации перелома (бедренной, берцовой костей). Методика сеансов массажа по периодам. Положение пациента при массаже бедра (передней поверхности), голени, стопы. Сочетание массажа с другими физическими методами лечения и ЛФК.

2.1.4 Массаж при повреждениях суставов и после оперативного лечения привычного вывиха плеча

Методика сеанса массажа при повреждениях суставов: коленного, голеностопного, плечевого, межфаланговых и др. Особенности отсасывающего массажа. Сочетание массажа с другими методами лечения. Роль движений. Методика сеанса массажа при вывихе плеча. Сроки назначения массажа. Приемы массажа. Сочетание массажа с другими методами лечения: ЛФК, физиотерапия, механотерапия, мази.

2.1.5 Массаж при травмах кисти и стопы

Сроки назначения массажа при травмах кисти: пястных, фаланговых костей. Особенности сеанса массажа в первые дни назначения и последующее время. Методика сочетания массажа с ЛФК и электро-, тепло- и водолечением на всех этапах лечения. Методика сеанса массажа при травмах стопы. Сроки назначения массажа. Отсасывающий массаж, особенности массажа и пер имобилизации стопы и после. Роль движений. Сочетание с другими

метод, лечения. Роль сегментарного и точечного массажа при травмах (переломах) стопы.

2.1.6 Массаж при неосложненных переломах позвоночника

Сроки назначения массажа в зависимости от локализации повреждения функционального состояния организма. Роль и методика сегментарного и точечного массажа при переломах позвоночника. Сочетание массажа с ЛФК другими методами лечения. Количество повторений сеансов в сутки.

2.1.7 Массаж при переломах костей таза

Сроки назначения массажа. Методика сеанса массажа в первые дни после повреждения. Особенности массажа спины, тазовой области, нижних конечностей. Методика массажа паравертебральных зон спинномозговых сегментов. Сочетание массажа с другими методами лечения и ЛФК.

2.1.8 Массаж при повреждении менисков коленного сустава и после оперативного удаления

Сроки назначения массажа. Положение конечности при массаже. Количество повторений сеансов массажа в сутки. Особенности методики массажа и паравертебральных зон спинномозговых сегментов. Сочетание массажа с других физическими методами лечения, согревающими и лечебными мазями. Роль пассивных движений.

2.1.9 Массаж при артритах, артрозах и тугоподвижности суставов

• Методики массажа при артритах. Особенности массажа в первом периоде острого течения заболеваний: тазобедренного, коленного, плечевого, локтевого, голеностопного, лучезапястного суставов и кисти. Положение массируемых частей тела: голени, бедра и т.д. Частота назначения сеансов массажа и продолжительность курса. Методика массажа в подостром периоде артрита: тазобедренного, коленного и д.р. суставов. Комбинирование массажа с другими средствами. Особенности методики массажа паравертебральных зон спинномозговых сегментов, а также рефлекторных зон, расположенных на подошвах.

- Методика массажа при артрозах. Особенности массажа по периодам.

Приемы массажа при артрозе тазобедренного, коленного и других суставов, пассивных, активных движений. Сочетание массажа с лечебной гимнастикой, гимнастикой в воде и различными физическими методами лечения. Массаж паравертебральных зон.

- Методика массажа при контрактурах и тугоподвижности суставов.

Особенности массажа при контрактуре в локтевом суставе, коленном суставе, лучезапястном, голеностопном и других суставах. Роль движений в устранении контрактур и тугоподвижности суставов. Комбинирование массажа с другими физическими методами лечения и мазями.

2.1.10 Массаж при ожогах и обморожениях

Механизм лечебного действия массажа при ожогах и обморожениях. Методические особенности при проведении сеансов лечебного массажа при ожогах и обморожениях. Методика вводного массажа при ожогах. Роль отсасывающего массажа. Приемы массажа в первые сеансы. Особенности массажа до и после кожно-пластических операций, проводимых с целью устранения рубцовых деформаций. Роль сегментарно-рефлекторного массажа при термических ожогах в остром периоде травмы.

2.1.11 Массаж при сколиозах и плоскостопии

• Методика лечебного массажа при сколиозах. Особенности методики массажа в зависимости от локализации и вида сколиоза, его степени, на выпуклой и вогнутой стороне искривления. Паравертебральные зоны массажа при поясничном, грудном и пояснично-грудном отделах и методика массажа. Положение пациента. Комбинирование массажа с ЛФК.

• Методика сеанса лечебного массажа при плоскостопии. Роль массажа при плоскостопии. Характер применения массажных приемов. Особенности массажа внутренней и наружной сторон стопы. Особенности массажа икроножной и переднеберцовых мышц голени. Продолжительность сеанса массажа и количество раз в сутки. Комбинирование массажа с ЛФК при плоскостопии.

Тема 2.1. Лечебный массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

2.1.1 Методика лечебного массажа при ишемической болезни сердца (стенокардии, инфаркте миокарда и постинфарктном состоянии)

• Лечебный массаж при стенокардии. Механизмы лечебного действия массажа при стенокардии. Особенности массажа спины с левой стороны. Методика массажа паравертебральных спинномозговых сегментов. Методика массажа шеи и трапециевидных мышц. Массаж межреберных промежутков. Массаж груди и особенности массажа у женщин. Методика массажа руки. Продолжительность сеанса массажа.

• Методика сеанса массажа при инфаркте миокарда и в постинфарктном состоянии. Механизмы лечебного действия массажа при инфаркте миокарда. Показания и противопоказания к назначению массажа. Особенности проведения сеансов массажа на этапах реабилитации. Задача массажа в первом периоде, положение больного - массаж ног. Особенности массажа правой руки. Массаж спины в положении на правом боку. Массаж ягодичных мышц. Особенно массажа паравертебральных зон. Методика массажа шеи и трапециевидных мышц. Особенности массажа груди. Продолжительность сеанса массажа. Сочетание массажа с ЛФК.

2.2.2 Лечебный массаж при недостаточности кровообращения

Показания и противопоказания к проведению массажа. Механизмы лечебного действия массажа. Особенности техники массажа в зависимости степени недостаточности кровообращения. Рефлекторный массаж.

2.2.3 Лечебный массаж при гипертонической болезни

Механизмы лечебного действия массажа. Особенности методики массажа; в зависимости от стадии заболевания. Показания и противопоказания к назначению массажа.

Особенности массажа спины. Особенности массажа воротниковой зоны, шеи и волосистой части головы. Массаж груди. Особенности сеанса массажа после гипертонического крича. Сочетание массажа с ЛФК.

2.2.4 Лечебный массаж при нейроциркуляторной дистонии гипотонической болезни

Механизмы лечебного действия массажа. Методика сеанса массажа при нейроциркуляторной дистонии. Особенности методики сеансов массажа при повышенном и пониженном артериальном давлении. Приемы массажа в том и другом случаях. Положение пациента при массаже. Особенности сеанса рефлекторно-сегментарного массажа.

Методика сеанса массажа, имеющего профилактическую направленность. Роль рефлекторно-сегментарного массажа. Сочетание массажа с ЛФК.

Методика сеанса массажа при гипотонической болезни. Интенсивность сеанса массажа. Методика проведения общего массажа по участкам тела. Особенности массажа спинномозговых сегментов. Комбинирование массажа с ЛФК.

2.2.5 Лечебный массаж при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен

• Лечебный массаж при облитерирующем эндартериите. Механизм лечебного действия массажа. Показания и противопоказания к назначению массажа. Методика сеанса массажа при облитерирующем эндартериите. Особенности сеанса общего массажа для укрепления всего организма и улучшения общего кровообращения при 1 и 2 стадии ишемии. Особенности сеанса массажа спины, здоровой и больной конечностей. Особенности массажа приподнятой конечности и опущенной на кушетку. Приемы и их последовательность в том и другом положении. Массаж паравертебральных зон спинномозговых сегментов.

• Лечебный массаж при варикозном расширении вен. Сочетание массажа с ЛФК. Методика сеанса массажа при варикозном расширении вен. Задачи массажа. Противопоказания к массажу. Особенности сеанса общего массажа, его продолжительность. Наилучшее положение конечности при проведении массажа на больной ноге. Особенности сеанса массажа при трофических язвах. Методика сеанса массажа для усиления венозного оттока. Особенности массажа

пояснично-крестцовой области, ягодичных мышц и гребня подвздошной кости. Особенности интенсивного массажа мышц живота. Методика выполнения сеанса массажа паравертебральных зон спинномозговых сегментов.

Тема 2.3. Лечебный массаж при заболеваниях органов дыхания

Задачи массажа. Показания и противопоказания к назначению массажа. Механизм лечебного действия массажа при заболеваниях органов дыхания.

2.3.1 Массаж при заболеваниях пневмонией и плевритом

Массаж передней и задней стенок грудной клетки, приемы. Массаж межреберных промежутков. Методика сеанса массажа в зависимости от двигательного режима. Положение больного для массажа при различных двигательных режимах. Сочетание массажа с ЛФК.

2.3.2 Массаж при бронхиальной астме

Роль массажных приемов, способствующих расширению бронхов и улучшению вентиляции легких. Методика массажа спины, груди, шеи и надплечья в положении лежа и в положении сидя. Особенности массажа для увеличения подвижности диафрагмы и грудной клетки, укрепления мышц, принимающих участие в акте дыхания. Методика массажа паравертебральных зон спинномозговых сегментов. Сочетание массажа с пассивными и активными движениями. Комбинирование массажа с ЛФК.

2.3.3 Массаж при хронических неспецифических заболеваниях легких (хронических бронхитах, бронхоэктатической болезни, эмфиземе легких)

Механизмы лечебного действия массажа при хронических неспецифических заболеваниях органов дыхания. Показания и противопоказания. Задача массажа в укреплении дыхательной мускулатуры, увеличении подвижности ребер, улучшении функции внешнего дыхания и сердечно-сосудистой системы, выделении мокроты.

Методики массажа при хроническом бронхите: спины, груди, надплечья, межреберных промежутков, подреберья. Особенности применения ручной и аппаратной вибрации. Методика проведения пассивных давящих движений. Сочетание массажа с ЛФК (дренажные упражнения и др.).

Методика сеанса массажа при бронхоэктатической болезни, направленная на укрепление организма, выделение мокроты, улучшение вентиляции и газообмена в легких. Положение пациента при массаже. Особенности массажа грудной клетки, надплечья, подреберного угла. Сочетание массажа с ЛФК. Методика сеанса массажа при эмфиземе легких. Сочетание массажа с ЛФК.

Тема 2.4. Лечебный массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы

Механизмы лечебного действия массажа при заболеваниях и травмах нервной системы.

2.4.1 Массаж при вялых и спастических параличах

Показания и противопоказания к назначению массажа. Особенности сеансов массажа при вялом параличе в ранние и поздние сроки, приемы и техника их выполнения. Роль пассивных движений в парализованных конечностях. Сочетание массажа с ЛФК и другими физическими процедурами. Задачи и методика массажа при спастических параличах. Положение пациента при проведении массажа. Последовательность массируемых частей тела. Точечный массаж. Методика проведения парного массажа при спастическом параличе и синкинезиях. Роль пассивных движений и их место в сеансе массажа. Сочетание массажа с ЛФК, баней, согревающими мазями.

2.4.2 Массаж при остеохондрозе позвоночника различной локализации

Механизмы лечебного действия массажа при остеохондрозе позвоночника в зависимости от места его локализации: шейный, шейно-грудной, грудной и пояснично-крестцовый. Стадии: острая, подострая, неполной и полной ремиссии. Особенности сеанса массажа и острой форме. Роль рефлекторного массажа.

Методика сеанса массажа при остеохондрозе в подострой форме. Массаж верхней части спины: длинные и широчайшие мышцы, фасции трапецевидной мышцы, подлопаточная область, верхние пучки трапецевидной мышцы. Массаж плеч и мышц шеи. Приемы массажа на каждом отдельном участке. Массаж больших грудных мышц, межреберных промежутков.

Особенности методики массажа при шейно-грудном остеохондрозе. Особенности сеанса массажа при грудном остеохондрозе. Особенности сеанса массажа при пояснично-крестцовом остеохондрозе. Массаж ягодичных мышц, массаж крестца; массаж гребня подвздошной кости. Массаж поясничной области. Роль пассивных движений. Сочетание массажа с тепловыми процедурами и ЛФК. Методика сеанса массажа при неполной и полной ремиссии. Роль пассивных движений. Сочетание классического массажа с аппаратным, с ЛФК, баней (парной), мазями, соллюксом, парафином и т.д.

2.4.3 Массаж при невритах

Задача массажа в раннем восстановительном периоде (2-25 сутки) и позднем (25-60 сутки) и т.д. Дифференцированное воздействие на мышцы в разные периоды. Методика применения сегментарно-рефлекторного массажа, воротниковый, крестцово-поясничной областей. Применение вибрационного (классического, аппаратного) массажа. Массаж под соллюксом, ручной массаж в воде.

Сочетание массажа с пассивными и активными движениями. ЛФК, лечебными и согревающими мазями. Сегментарно-рефлекторный массаж на суставах, мышцах. Пассивные и активные движения.

• Методика сеанса массажа при неврите лицевого нерва. Приемы массажа. Особенности сеанса массажа в 1-12-й день. Последовательность массируемых участков, продолжительность сеанса. Методика сеанса массажа с 12-15-го дня до 4-6 месяцев. Продолжительность сеанса массажа и частота выполнения в сутки. Особенности массажа лица и изнутри рта. Сочетание массажа с ЛФК.

• Методика сеанса массажа при поражении плечевого сплетения (плексит). Методика массажа на спине, груди и пораженной конечности. Положение больного. Особенности массажа шеи, верхних пучков трапецевидной, дельтовидной, двуглавой, внутренней плечевой мышц, сгибателей кисти и пальцев. Сочетание массажа с тепловыми процедурами, мазями, ЛФК. Массаж паравертебральных зон.

- Методика сеанса лечебного массажа при неврите лучевого, локтевого, срединного нервов. Время назначения щадящего массажа. Последовательность выполнения массажа на различных участках конечности. Приемы массажа. Продолжительность сеансов массажа и их частота. Сочетание массажа с ЛФК, электростимуляцией, теплом, лечебными и согревающими мазями.

- Методика сеанса массажа при неврите седалищного. Методика массажа при неврите седалищного нерва, массируемые зоны. Массаж на задней поверхности бедра. Роль пассивных и активных движений в сеансе массажа. Сочетание массажа с тепловыми процедурами, мазями. Комбинирование ручного массажа с вибрационным. Частота сеансов массажа в сутки.

- Методика сеанса массажа при неврите мало- и большеберцового нерва. Особенности массажа икроножной мышцы. Особенности массажа передней, боковой поверхности голени – положение больного. Особенности массажа стопы. Сочетание массажа с ЛФК, тепловыми процедурами, мазями. Массаж в воде. Частота сеансов массажа в сутки.

2.4.4 Массаж при невралгиях

- Методика сеанса массажа при невралгии межреберных нервов. Положение пациента. Последовательность массируемых участков на туловище. Особенность массажа на больной и здоровой стороне спины, груди. Методика вводного сеанса массажа. Методика сеанса основной части массажа на спине. Особенности массажа межреберных промежутков. Особенности заключительной части массажа на спине. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и давлением (пассивные движения). Использование тепловых процедур, согревающих и лечебных мазей. Продолжительность сеанса массажа, частота в сутки.

- Методика сеанса массажа в первые дни. Особенности массажа в подострой стадии. Массируемые части тела и приемы массажа на них. Особенности массажа выхода большого и малого затылочного нервов. Продолжительность первых сеансов массажа и последующих. Сочетание

классического массажа с вибромассажем, с пассивными движениями, ЛФК, тепловыми и физиопроцедурами, а также лечебными и согревающими мазями.

2.4.5 Массаж при неврозах, головной боли

- Лечебный массаж при неврозах. Механизмы лечебного действия массажа. Методика массажа при неврозах. Особенности сеансов общего и частного массажа. Массаж спины, груди. Массаж воротниковой зоны. Сочетание массажа с физическими упражнениями, спортом. Комбинирование классического массажа с гидромассажем и баней (парной). Продолжительность общего и частного сеансов. Частота применения и курс массажа.

- Методика массажа при головных болях. Особенности массажа спины и груди – приемы массажа. Массаж шеи и надплечья. Особенности массажа шейных сегментов С-D. Методика сеанса массажа волосистой части головы. Сочетание массажа с физическими упражнениями, прогулками, водными процедурами.

Тема 2.5. Лечебный массаж при заболеваниях органов пищеварения

Задачи и механизмы лечебного действия массажа.

2.5.1 Массаж при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки

Показания и противопоказания к назначению лечебного массажа. Массаж эпигастральной области и правого подреберья. Особенности методики массажа в зависимости от стадии заболевания. Особенности сеанса массажа паравертебральных зон и сочетание массажа с ЛФК.

2.5.2 Массаж при дисфункциях кишечника, энтероколитах, энтероптозе и нарушениях моторной функции толстого кишечника

- Методика сеанса лечебного массажа при дисфункциях кишечника в подострый период. Особенности массажа спины: длинных и широчайших мышц. Особенности массажа вокруг левой лопатки. Особенности массажа живота: толстого кишечника; косых мышц; прямых мышц. Массаж в области крестца. Особенности применения приемов вибрации на животе. Сотрясение в области

живота. Массаж в сочетании с тепловыми процедурами (парафин, озокерит) и ЛФК.

• Методика сеанса массажа при энтероколитах и дискинезиях. Массаж спины: длинных мышц спины с акцентом на паравертебральные зоны спинномозговых сегментов. Массаж подреберья, прямых и косых мышц живота. Поглаживание, выжимание и надавливание по ходу толстого кишечника, вибрация. Сотрясение в области живота. Сочетание массажа с физическими упражнениями.

Тема 2. 6. Лечебный массаж при нарушениях обмена веществ

Механизмы лечебного действия массажа. Показания и противопоказания к назначению массажа.

2.6.1 Массаж при подагре

Массируемые части тела. Особенности методики сеанса массажа при подагре с целью улучшения крово- и лимфообращения в пораженных суставах. Методика массажа для снятия напряжения и боли в мышцах и суставах. Особенности массажа в остром и подостром периодах заболевания. Роль пассивных движений и методика их применения в сеансе массажа. Массаж паравертебральных зон спинномозговых сегментов и рефлекторных зон, расположенных на подошве стопы. Сочетание массажа с физиотерапией, тепловыми процедурами и физическими упражнениями.

2.6.2 Массаж при ожирении

Показания и противопоказания к назначению массажа. Формы массажа, применяемые при ожирении. Особенности общего, частного массажа и их продолжительность. Приемы массажа при ожирении. Комбинирование физических упражнений, бега, плавания с массажем. Особенности массажа в комплексе с парной баней. Приемы массажа. Особенности применения вибрационного массажа и гидромассажа при избыточном отложении жира на отдельных частях тела.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Понятие о лечебном массаже, его цель и задачи.
2. Виды лечебного массажа.
3. Системы лечебного массажа.
4. Методы лечебного массажа.
5. Методы комбинированного лечебного массажа.
6. Формы лечебного массажа.
7. Сочетание классического массажа с физическими методами лечения.
8. Применение лечебного массажа в области физической реабилитации.
7. Сочетание лечебного массажа с ЛФК.
8. Понятие о периодах применения лечебного массажа.
9. Методика использования массажа с мазями, растирками и кремами.
10. Общие противопоказания к массажу.
11. Методика массажа при ушибах.
12. Методика массажа при растяжениях.
13. Роль отсасывающего массажа и его методика.
14. Особенности массажа костей.
15. Сроки назначения лечебного массажа.

16. Методика массажа в профилактике образования контрактуры.
17. Механизм лечебного действия массажа при тендовагинитах.
18. Методика массажа при бурсите, приемы массажа, положение больного при массаже коленного, локтевого суставов.
19. Методика массажа после оперативного сшивания разрыва ахиллова сухожилия.
20. Методика массажа при переломах костей верхнего плечевого пояса.
21. Методика при переломе костей нижних конечностей по периодам.
22. Массаж при повреждениях суставов и после оперативного лечения первичного вывиха плеча.
23. Методика массажа при травмах кисти и стопы, сроки на значения,
24. Методика сочетания массажа с ЛФК и электро-, тепло- и гидролечением на всех этапах лечения.
25. Отсасывающий массаж, особенности методики массажа в период иммобилизации стопы.
26. Роль сегментарного и точечного массажа при травмах (переломах) стопы.
27. Роль и методика сегментарного и точечного массажа при переломах позвоночника.
28. Методика сеанса массажа в первые дни после перелома костей таза.
29. Методика массажа при повреждении менисков коленного сустава и после их оперативного удаления.
30. Методика массажа при артритах. Особенности массажа в первом периоде острого течения заболеваний: тазобедренного, коленного, плечевого, локтевого и др. суставов.
31. Методика массажа при артрозах, особенности массажа по периодам.
32. Механизм лечебного действия массажа при ожогах и обморожениях.

33. Методика вводного массажа при ожогах.
34. Роль сегментарно-рефлекторного массажа при термических ожогах в остром периоде травмы.
35. Методика лечебного массажа при сколиозах.
36. Методика сеанса лечебного массажа при плоскостопии.
37. Механизм лечебного действия массажа при стенокардии.
38. Методика сеанса массажа при инфаркте миокарда и в постинфарктом состоянии.
39. Методика сеанса лечебного массажа при гипертонической болезни.
40. Методика массажа при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.
41. Методика лечебного массажа при заболеваниях органов дыхания.
42. Методика лечебного массажа при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
43. Методика сеанса лечебного массажа при дисфункциях кишечника в подострый период.
44. Методика сеанса массажа при энтероколитах и дискинезиях.
45. Методика массажа при нарушениях обмена веществ.
46. Методика лечебного массажа при вялых и спастических параличах.
47. Методика массажа при остеохондрозе позвоночника различной локализации.
48. Особенности лечебного массажа при невритах в раннем и позднем периодах.
49. Методика сеанса лечебного массажа при невритах лучевого, локтевого и срединного нерва.
50. Методика сеанса лечебного массажа при невралгии межреберных нервов.

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу.

1. Понятие о лечебном массаже, его цель и задачи.

2. Виды лечебного массажа.
3. Системы лечебного массажа.
4. Методы лечебного массажа.
5. Формы лечебного массажа.
6. Сочетание классического массажа с физическими средствами лечения.
7. Применение лечебного массажа в области физической реабилитации.
8. Сочетание лечебного массажа с ЛФК.
9. Методика использования лечебного массажа с мазями, растирками и кремами.
10. Общие противопоказания к лечебному массажу.
11. Методика лечебного массажа при ушибах.
12. Методика лечебного массажа при растяжениях.
13. Сроки назначения лечебного массажа.
14. Методика лечебного массажа в профилактике образования контрактуры.
15. Механизм лечебного действия массажа при тендовагинитах.
16. Методика лечебного массажа при бурсите, приемы массажа, положение больного при массаже коленного, локтевого суставов.
17. Методика лечебного массажа при переломах костей верхнего плечевого пояса.
18. Методика лечебного массажа при переломе костей нижних конечностей по периодам.
19. Лечебный массаж при повреждениях суставов и после оперативного лечения первичного вывиха плеча.
20. Методика лечебного массажа при травмах кисти и стопы, сроки назначения.
21. Методика сочетания лечебного массажа с ЛФК и электро-, тепло- и гидролечением на всех этапах лечения.

22. Роль сегментарного и точечного массажа при травмах (переломах) стопы.

23. Роль и методика сегментарного и точечного массажа при переломах позвоночника.

24. Методика сеанса лечебного массажа в первые дни после перелома костей таза.

25. Методика лечебного массажа при повреждении менисков коленного сустава и после их оперативного удаления.

26. Методика лечебного массажа при артритах. Особенности массажа в первом периоде острого течения заболеваний: тазобедренного, коленного, плечевого, локтевого и др. суставов.

27. Методика лечебного массажа при артрозах, особенности массажа по периодам.

28. Механизм лечебного действия массажа при ожогах и обморожениях.

29. Методика лечебного массажа при сколиозах.

30. Методика сеанса лечебного массажа при плоскостопии.

31. Механизм лечебного действия массажа при стенокардии.

32. Методика сеанса массажа при инфаркте миокарда и в постинфарктом состоянии.

33. Методика сеанса лечебного массажа при гипертонической болезни.

34. Методика лечебного массажа при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.

35. Методика лечебного массажа при заболеваниях органов дыхания.

36. Методика лечебного массажа при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

37. Методика сеанса лечебного массажа при дисфункциях кишечника в подострый период.

38. Методика сеанса лечебного массажа при энтероколитах и дискинезиях кишечника.

39. Методика лечебного массажа при нарушениях обмена веществ.

40. Методика лечебного массажа при вялых и спастических параличах.
41. Методика лечебного массажа при остеохондрозе позвоночника различной локализации.
42. Особенности лечебного массажа при невритах в раннем и позднем периодах.
43. Методика сеанса лечебного массажа при невритах лучевого, локтевого и срединного нерва.
44. Методика сеанса лечебного массажа при невралгии межреберных нервов.

Темы рефератов

1. Особенности методики массажа при ушибах и растяжении связок сустава.
2. Методика лечебного массажа при паратенитах.
3. Методика лечебного массажа при тендовагинитах.
4. Методика лечебного массажа при бурситах.
5. Методика лечебного массажа после оперативного сшивания разрыва ахиллова сухожилия.
6. Методика лечебного массажа при переломах костей верхнего плечевого пояса
7. Методика лечебного массажа при переломах костей нижних конечностей
8. Методика лечебного массажа при повреждениях суставов и после оперативного лечения привычного вывиха плеча
9. Методика лечебного массажа при травмах кисти и стопы
10. Методика массажа при переломах позвоночника (без нарушения целостности спинного мозга).
11. Методика массажа при переломе костей таза.
12. Методика массажа при повреждении менисков коленного сустава и после их оперативного удаления.
13. Методика массажа при артритах и артрозах.

14. Методика массажа при контрактурах и тугоподвижности суставов.
15. Методика массажа при плоскостопии.
16. Особенности массажа при сколиозе.
17. Методика массажа при миалгии.
18. Методика лечебного массажа при ожогах и обморожениях
19. Лечебный массаж при пневмонии и плеврите.
20. Лечебный массаж при бронхиальной астме.
21. Лечебный массаж при эмфиземе легких.
22. Лечебный массаж при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
23. Лечебный массаж при энтероколитах и дискинезиях.
24. Лечебный массаж при вялом параличе в ранние и поздние сроки.
25. Лечебный массаж при спастических параличах.
26. Лечебный массаж при остеохондрозе позвоночника в зависимости от места его локализации.
27. Лечебный массаж при спортивных повреждениях и заболеваниях.
28. Методика лечебного массажа при травмах кисти и стопы.
29. Лечебный массаж при неврите лицевого нерва.
30. Лечебный массаж при неврите лучевого, локтевого и срединного нервов.
31. Лечебный массаж при инфаркте миокарда и в постинфарктном состоянии.
32. Лечебный массаж при неврите седалищного нерва.
33. Лечебный массаж при невралгии межреберных нервов.
34. Лечебный массаж при гипертонической болезни в зависимости от стадии заболевания.
35. Лечебный массаж при невралгии затылочного нерва.
36. Лечебный массаж при нейроциркулярной дистонии и гипотонической болезни.
37. Лечебный массаж при стенокардии.
38. Лечебный массаж при хроническом бронхите.

Решение ситуационных задач

Задача №1 Разработка частных методик лечебного массажа при повреждениях мягких тканей.

Студенту предлагается задание по разработке методики лечебного массажа при повреждениях связок. Преподаватель обозначает повреждения связок коленного, голеностопного, лучезапястного или плечевого суставов и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №2 Разработка частных методик лечебного массажа при повреждениях и травмах опорно-двигательного аппарата.

Студенту предлагается задание по разработке методики лечебного массажа при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата. Преподаватель обозначает повреждения или травму какого-либо участка и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №3 Разработка частных методик лечебного массажа при сколиозе

Преподаватель обозначает степень сколиоза и дает задание по разработке методики лечебного массажа при сколиозе в грудном, поясничном и шейном отделах позвоночника и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрирует его практическое выполнение на занятиях.

Задача №4 Разработка частных методик лечебного массажа при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Преподаватель дает задание по разработке методики лечебного массажа при гипертонической и гипотонической болезни и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №5 Разработка частных методик лечебного массажа при заболеваниях органов дыхания

Преподаватель дает задание по разработке методики лечебного массажа при пневмонии, плеврита или бронхиальной астме и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №6 Разработка частных методик лечебного массажа при заболеваниях нервной системы.

Преподаватель дает задание по разработке методики лечебного массажа при вялых и спастических параличах и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №7 Разработка частных методик лечебного массажа при заболеваниях органов пищеварения

Преподаватель дает задание по разработке методики лечебного массажа при заболеваниях органов пищеварения и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

Задача №8 Разработка частных методик лечебного массажа при нарушениях обмена веществ

Преподаватель дает задание по разработке методики лечебного массажа при нарушениях обмена веществ и определяет цель и задачу. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его практическое выполнение на занятиях.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Бирюков, А.А. Классический массаж : учебник / Н.А. Власова; А.А. Бирюков .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 347 с. : ил. — (Университетский учебник) .
<https://lib.rucont.ru/efd/783167>
2. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. — Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. — 258 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233>
4. Погосян, М. М. Лечебный массаж. в 2т. т.1 : учебник / М. М. Погосян . — изд. 4-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2020 .— 603 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/772302>
3. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э. Н. Вайнер. — 4-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2018. — 420 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>
4. Погосян, М. М. Лечебный массаж : учебник / М. М. Погосян .— изд. 3-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2014 .— 720 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=772304>

б) Дополнительная литература:

1. Физиологические аспекты адаптивной физической культуры : учеб.-метод. пособие / В.Г. Васенина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2017 .— 75 с. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=671388>
2. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=747888>
3. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие [для бакалавриата] : направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко .— Сургут :

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые систем.
<https://elibrary.ru/defaultx.asp?ysclid=m24k0xlarv771621286>
3. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru)

Режим доступа: с использованием логина и пароля

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](https://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

**Электронные образовательные ресурсы, в том числе
информационные и поисковые системы:**

1. [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medinform.net\)](http://medinform.net) Режим доступа: свободный
2. [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система\(medelement.com\)](http://medelement.com) Режим доступа: свободный
3. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс\(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru) Режим доступа: свободный
4. Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс(sportmedicine.ru)
Режим доступа: свободный

**Электронные образовательные ресурсы, в том числе
профессиональные базы данных:**

1. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)Режим доступа: свободный
2. [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)
Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- массажная аудитория №346 МБК
- кушетки
- раздевалка
- монитор
- ноутбук
- наглядные пособия

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Частные методики лечебного массажа» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю) «Лечебная физическая культура» очная форма обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁱ	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по темам	В течение семестра	5
2	Реферат по выбранной теме	11-12 неделя	8
3	Презентация по теме реферата	11-12 неделя	8
4	Доклад по теме реферата	11-12 неделя	8
5	Тестирование	17 неделя	9
6	Посещение занятий	В течение семестра	42
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий	10
2	Тестирование по пропущенным темам	9
3	Написание реферата по пропущенным темам	8
4	Презентации по пропущенным темам	8
5		
6		

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Сеоазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.В.24 Частные методики лечебного массажа»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

профиль:
«Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа [2] зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 7 семестр (очная форма обучения).

3. Цель освоения дисциплины: подготовка специалистов, способных к целостному и системному анализу проблем современной жизни на основе системного подхода к деятельности в профессиональной сфере. Необходимо создать у студентов понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа с лечебной и лечебно-профилактической целями и на этой основе научить их навыкам применения частных методик лечебного массажа при различных заболеваниях.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: зачет

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 72 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I ОБЩИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА	7	4		8		
2	1.1. Общие понятия о лечебном массаже	7	2		2		
3	1.2. Системы лечебного массажа. Методы лечебного массажа и методика их комбинирования.	7			2		
4	1.3. Формы и классификация видов лечебного массажа	7	2		2		
5	1.4. Сочетание массажа с физическими методами лечения. Гели, растирки и мази в лечебном массаже	7			2		
6	II. КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ЛЕЧЕБНОГО МАССАЖА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ	7	10	28	22		
7	2.1 Лечебный массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	7	2	6	4		
8	2.2. Лечебный массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	7	2	6	4		
9	2.3. Лечебный массаж при заболеваниях органов дыхания	7	2	4	4		
10	2.4. Лечебный массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	7	2	6	4		
11	2.5. Лечебный массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	7	2	4	4		
12	2.6. Лечебный массаж при нарушениях обмена веществ	7		2	2		
13							Зачет
Итого часов: 72			14	28	30		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»**

**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической
культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.ОД.8.11 «Лечебная физическая культура в хирургии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Профиль: «Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации
и фитнеса
Протокол №55 от «» 2018 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол №66 от «» 2019 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол №77 от « » 2020 г.

Рабочая программа дисциплины
обновлена на основании решения
заседания кафедры физической
реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
(наименование)
Протокол №1 от «» 2021г. г.

Составитель: Швыгина Наталия Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры
спортивной медицины

1. Цель освоения дисциплины "Лечебная физическая культура в хирургии"

Получение бакалаврами знаний о хирургических заболеваниях, формирование методических и практических умений и навыков в области применения лечебной физической культуры у больных после хирургических вмешательств на органах грудной и брюшной полости и ампутации конечностей. Сформировать у бакалавров способность разрабатывать методику применения лечебной физической культуры у больных после хирургических вмешательств на органах брюшной и грудной полости и ампутации конечностей. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.В.ОД.8.11 «Лечебная физическая культура в хирургии» изучается в 8 семестре, основана на знаниях анатомии, физиологии и биомеханики движений человека, теоретико-методических основ лечебной физической культуры, общей и частной патологии. Для успешного освоения дисциплины необходимо знать анатомическое строение суставов верхних и нижних конечностей, а так же мышцы, обеспечивающие движения в суставах и их стабильность. Особенности биомеханики движений в различных суставах, физиологические механизмы восстановления, основные положения общей и частной патологии в отношении заболеваний суставов. Дисциплина изучается на четвертом курсе бакалавриата в форме лекций, практических и самостоятельных занятий. Практические занятия проводятся в форме доклинической практики в вузе. Дисциплина "ЛФК в хирургии" позволяет студентам расширять поиск средств и методов для решения актуальных вопросов в научно – исследовательской работе в области физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья, а так же по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; Обучающиеся должны быть готовы принять участие в обсуждении методических особенностей построения программ реабилитации в зависимости от характера заболевания, периода и этапа реабилитации, проводить занятия с пациентами, имеющими хирургические заболевания. Является этапом подготовки к ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	

ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	8	
ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся;;	8	
ПК-1.2	Знает: классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8	
ПК-1.3	Знает: основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8	

4. Структура дисциплины « Лечебная физическая культура в хирургии»

Трудоемкость 3 з.е., 108 ак.ч.
очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	контроль	
1	Тема 1. Заболевания и травмы органов брюшной полости, требующие хирургического вмешательства. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК в пред- и послеоперационном периоде	8	4	8	11		
2	Тема 2. ЛФК больных при оперативном лечении травм и заболеваний органов	8	2	8	10		

	брюшной полости						
3	Тема 3. ЛФК при хирургических вмешательствах не Сердце и крупных сосудах	8	2	8	10		
4.	Тема 4. ЛФК при оперативных вмешательствах не легких	8	2	6	10		
5..	Тема 5. ЛФК при ампутации верхних и нижних конечностей.	8	2	6	10		
итого часов: 108			12	36	51	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине “Лечебная физическая культура в хирургии”.

51. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

52. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Устные опросы

Тестирование

Доклады с презентацией

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ, ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЁТУ

1. Понятие о заболеваниях и травмах брюшной полости, требующих хирургического вмешательства.

2. Периоды и задачи ЛФК при оперативном вмешательстве на органах брюшной полости.

3. Задачи и методика ЛФК при оперативном вмешательстве на органах брюшной полости в раннем послеоперационном периоде.

4. Задачи и методика ЛФК при оперативном вмешательстве на органах брюшной полости в позднем и отдаленном периоде.
5. Лечебная физическая культура после холецистэктомии в раннем послеоперационном периоде. Сущность вмешательства. Задачи и методика ЛФК
6. ЛФК после холецистэктомии в позднем и отдаленных периодах.
7. ЛФК при оперативном вмешательстве по поводу язвенной болезни желудка. Сущность вмешательства. Задачи и методика в раннем периоде физической реабилитации.
8. ЛФК при оперативном вмешательстве по поводу язвенной болезни желудка в позднем и отдаленном периодах реабилитации.
9. ЛФК при оперативном вмешательстве по поводу грыжи. Сущность операции. Задачи и методики в раннем периоде ФР.
10. ЛФК при оперативном вмешательстве по поводу грыжи. Задачи и методика в позднем и отдаленных периодах.
11. Понятия о заболеваниях и травмах легких требующих хирургического вмешательства. Сущность операции. Периоды и задачи ЛФК при оперативном вмешательстве.
12. Задачи и методика ЛФК при операциях на легких в предоперационном периоде.
13. Задачи и методика ЛФК при операциях на легких в раннем послеоперационном периоде.
14. Задачи и методика ЛФК при операции на легких в позднем и отдаленном послеоперационном периодах.
15. Заболевания и травмы, требующие хирургического вмешательства на сердце. Сущность операционного вмешательства. Периоды физической реабилитации. Задачи.
16. ЛФК при врожденных пороках сердца. Сущность вмешательства. Задачи и методика физической реабилитации в различные периоды реабилитации.
17. ЛФК при приобретенных пороках сердца. Сущность вмешательства. Задачи и методика физической реабилитации в различные периоды.
18. ЛФК при ишемической болезни и аневризме сердца. Сущность аортально-коронарного шунтирования. Задачи и методика в различные периоды физической реабилитации.
19. Заболевания и травмы, требующие ампутации конечностей. Периоды и задачи ЛФК.
20. Задачи и методика ЛФК при ампутации нижней конечности в раннем послеоперационном периоде.
21. Задачи и методика ЛФК при ампутации нижней конечности в период подготовки к протезированию и овладения протезом.
22. ЛФК при реконструктивных операциях на культе верхней конечности.
23. Задачи и методика ЛФК при ампутации верхней конечности в раннем послеоперационном периоде.
24. Задачи и методика ЛФК при ампутации верхней конечности в периоде подготовки к протезированию и овладению протезом.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля). Можно исправить, лучше электронные ресурсы, которые есть в библиотеке

а) Основная литература:

1. Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2016. Т. 1. - 284 с.: ил. - Библиогр.: с. 279-280. - ISBN 978-5-4468-3158-6

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=260767&DocQuerID=11537465&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

б) Дополнительная литература:

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 11-е изд., испр. - М.: Academia, 2014. - 413 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=236643&DocQuerID=11537188&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=236643&DocQuerID=11537188&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Избранные лекции по лечебной физической культуре. В 3 ч. Ч. 3. Лечебная физическая культура в хирургии и неврологии : учеб. пособие для студентов средних спец. учеб. заведений / Л.П. Черепкина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 . <https://lib.rucont.ru/efd/640929>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. [http:// www.medical-enc.ru/physiology/](http://www.medical-enc.ru/physiology/) Медицинский справочник Физиология человека

2. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

3. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj-fizicheskoy-kultury>

4. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
2. [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(ruscml.ru\).](http://ruscml.ru)
3. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\).](http://garant.ru)
4. [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\).](http://medicinform.net)
5. [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" –](#)

[информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)
- 2) [Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\).](http://webmed.irkutsk.ru)
- 3) Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс <https://www.sportmedicine.ru/books.php> Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- Для материально-технического обеспечения дисциплины кафедра имеет и использует: компьютерный класс (ауд.339) оборудованный 10 компьютерами для проведения тестирования, реабилитационный центр (ауд.327), оборудованный многофункциональным тренажером Бубновского, велотренажером, тредбаном, имеются фитболы и другое мелкое реабилитационное оборудование для проведения практических занятий;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «ЛФК в хирургии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»,

Профиль – «ЛФК».

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР и ОФК.

Сроки изучения дисциплины (модуля): *8 семестр.*

Форма промежуточной аттестации: зачет.

І. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу “Лечебная физическая культура в хирургии”. ЛФК при операциях на брюшной полости»	25	5
2	Тестирование по пройденному разделу	26	15
3	Выступление на семинаре «ЛФК при операциях на сердце»	26	5
4	Реферат на тему “ЛФК при пороках сердца”	27	5
5	Презентация на тему “ЛФК при ампутации верхних конечностей”	27	5
6	Презентация на тему “ЛФК при ампутации нижних конечностей”	28	5
7	Введение конспекта лекций	28	15
8	Презентация по теме «ЛФК при холецистэктомии»	29	10
9	Эссе на тему «ЛФК при ампутации верхний конечности»	29	15
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу “Лечебная физическая культура в хирургии”. «ЛФК при операциях на органах брюшной полости»	5
2	Выступление на семинаре «ЛФК при операциях на сердце»	5
3	Опрос по разделу «ЛФК при ампутации конечностей»	5
4	Тест по теме/модулю “ЛФК при пороках сердца”.	5
5	Написание реферата по теме «ЛФК при аппендиктомии»	15
	Зачёт	20

II. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры им. И.М.
Саркизова-Серазини**

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ОД.8.11 «Лечебная физическая культура в хирургии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)**

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Профиль: «Лечебная физическая
культура» (наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная, заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025г.

Москва – 2018г

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единицы.

2. **Семестры освоения дисциплины** 8 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины:** «Лечебная физическая культура в хирургии»

Получение бакалаврами знаний о хирургических заболеваниях, формирование методических и практических умений и навыков в области применения лечебной физической культуры у больных после хирургических вмешательств на органах грудной и брюшной полости и ампутации конечностей. Сформировать у бакалавров способность разрабатывать методику применения лечебной физической культуры у больных после хирургических вмешательств на органах брюшной и грудной полости и ампутации конечностей. Дисциплина реализуется на русском языке.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
(модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП
(ОПОП)**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	8	

ПК-1.1	Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; регулирование физической нагрузки занимающихся;;	8	
ПК-1.2	Знает: классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8	
ПК-1.3	Знает: основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8	

4. Структура дисциплины «Лечебная физическая культура в хирургии»

Трудоемкость 3 з.е., 108 ак.ч.
очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	контроль	
1	Тема 1. Заболевания и травмы органов брюшной полости, требующие хирургического вмешательства. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК в пред- и послеоперационном периоде	8	4	8	11		
2	Тема 2. ЛФК больных при оперативном лечении травм и заболеваний органов	8	2	8	10		

	брюшной полости						
3	Тема 3. ЛФК при хирургических вмешательствах не Сердце и крупных сосудах	8	2	8	10		
4.	Тема 4. ЛФК при оперативных вмешательствах не легких	8	2	6	10		
5..	Тема 5. ЛФК при ампутации верхних и нижних конечностей.	8	2	6	10		
итого часов: 108			12	36	51	9	Экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.26. Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

профили: Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация,
Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **Очная и заочная**
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составители: Махалин Аду Васильевич – к.б.н., доцент каф. ТиМ АФК;

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины. Цель освоения дисциплины «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом подготовки к профессиональной деятельности по профилям подготовки.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП). Курс «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» относится к вариативной части обязательных дисциплин. Изучению курса «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья» должно, по возможности, предшествовать изучение специальных дисциплин (медико-биологического цикла, а именно анатомии человека, физиологии человека, биомеханики), в которых студентов знакомят с общими положениями строения анатомии человека, основными физиологическими механизмами протекающими в организме, которая сформировалась и продолжает развиваться на стыке различных областей знания.

Знания, полученные в результате освоения этих дисциплин, позволят будущим специалистам – ориентироваться в вопросах биологии человека и использовать тренировочные нагрузки таким образом, чтобы они не приводили к патологическим изменениям жизненно важных систем организма. Данный курс реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК - 4	Знает: - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	8		8
	Умеет: - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	8		8
	Владеет: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств	8		8

лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;
 - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов для очной формы обучения и заочной формы обучения.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам	8	6	12	36		
2	1.1. Введение в курс дисциплины	8	2	2	6		
3	1.2 Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	8	2	4	10		
4	1.3 Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	8	2	4	10		
5	1.4. Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	8		2	10		
6	Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями	8	6	12	36		
7	2.1. Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	8	2	2	10		
8	2.2. Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	8	2	4	10		
9	2.3. Особенности адаптации к	8	2	4	10		

	физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.						
10	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	8		2	6		
Итого часов: 108			12	24	72		Диф.зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс 4	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам	С.8	2	6	32		
2	1.1.Введение в курс дисциплины	С.8	2				
3	1.2.Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	С.8		2			
4	1.3.Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	С.8		2	16		
5	1.8.Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	С.8		2	16		
6	Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями	С.8		6	62		
7	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	С.8		2	14		
8	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	С.8		2	16		
9	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	С.8		2	16		
10	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	С.8			16		
Итого часов: 108			2	12	94		Диф.зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов для зачета по курсу «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»:

1)Оценка физической подготовленности лиц с ограниченными функциональными возможностями.

2)Особенности физического и моторного развития детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

3)Особенности психического развития детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

4)Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

5)Состояние опорно-двигательного аппарата у детей с ограниченными возможностями, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

6)Особенности реабилитации детей-инвалидов в условиях общеобразовательной школы.

7)Особенности физического развития и двигательных нарушений у лиц с нарушениями зрения.

8)Особенности психического развития лиц с нарушениями зрения.

- 9) Состояние опорно-двигательного аппарата у лиц с нарушениями зрения.
- 10) Показания и противопоказания к физическим упражнениям у лиц с нарушениями зрения.
- 11) Задачи и методики физической реабилитации для инвалидов по зрению.
- 12) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой у лиц с нарушениями зрения.
- 13) Особенности физического развития у лиц с нарушениями слуха.
- 14) Особенности моторного развития лиц с нарушениями слуха.
- 15) Особенности развития двигательных качеств у слабослышащих и глухих людей.
- 16) Особенности психического развития лиц с нарушениями слуха.
- 17) Задачи и методики физической реабилитации инвалидов с нарушениями слуха.
- 18) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой со слабослышащими и глухими.
- 19) Речевые, психические двигательные нарушения при ДЦП.
- 20) Периоды восстановления двигательной сферы ребенка, страдающего ДЦП.
- 21) Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей с ДЦП.
- 22) Особенности опорно-двигательного аппарата у детей с ДЦП.
- 23) Задачи физической реабилитации в разные периоды восстановления двигательной сферы у детей с ДЦП.
- 24) Особенности организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с ДЦП.
- 25) Оценка эффективности коррекции двигательных нарушений при ДЦП.
- 26) Упражнения, стимулирующие психику, развитие речи и равновесие при ДЦП.

27) Особенности физического и психомоторного развития лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

28) Особенности психического развития лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

29) Особенности развития двигательных качеств у лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

30) Задачи и методики физической реабилитации инвалидов с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

31) Особенности организаций занятий адаптивной физической культурой с лицами с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.

32) Раскройте предмет исследования, цель и задачи физиологии спорта как науки.

33) Охарактеризуйте этапы становления и развития физиологии спорта. 34) Укажите специфические механизмы фенотипической адаптации.

35) Укажите преимущества долговременной адаптации.

36) Физиологические резервы: виды, их значение для спортсмена

37) Какие критерии лежат в основе классификации физических упражнений?

38) Дайте характеристику функциональным сдвигам, имеющим место при поддержании различных поз и статических нагрузок.

39) Как изменяются механизмы энергообеспечения при выполнении циклических упражнений?

40) К каким функциональным системам, в первую очередь, и почему предъявляются особые требования при нестандартных движениях?

41) Какие из двигательных качеств меньше всего поддаются тренировке, а какие больше?

42) Какие из двигательных качеств больше всего востребованы в спортивной ходьбе, беге на коньках и на лыжах, гребле, плавании, единоборстве, фигурном катании, прыжках в воду?

43) Какие требования должны предъявляться к развитию силовых способностей?

44) Что является критерием адаптационных реакций на тренировку?

45) Перечислите показатели тренированности организма в состоянии покоя.

46) Каким образом тренировка аэробного характера улучшает доставку кислорода в мышечные волокна?

47) Как изменяются функции дыхания и ССС во время физической работы у спортсмена и нетренированного человека?

48) Почему для спортсменов, занимающихся видами спорта, не требующими проявления выносливости, важно улучшать кардиореспираторную выносливость?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

А) основная литература

Физиологические аспекты адаптивной физической культуры : учеб.-метод. пособие / В.Г. Васенина .— Москва : РГУФКСМиТ, 2017 .— 75 с.

<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=671388>

Фуряева, Т. В. Модели инклюзивного образования : учебное пособие для вузов / Т. В. Фуряева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Высшее образование) <https://urait.ru/bcode/515523>

Б) дополнительная литература

Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / ред. Л.В. Шапкова .— Москва : Советский спорт, 2009 .— 608 с. : ил. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья) <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747888>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:«Интернет»:

Медицинский справочник Физиология человека <http://www.medical-enc.ru/physiology/>

Г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
2. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
3. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
4. Сайт для инвалидов по реабилитации инвалида-колясочника,

спинальника и др. - <https://aupam.ru>

5. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - <https://www.informio.ru/>.

6. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

7. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины .

В процессе обучения используются аудитории для проведения лекций и практических занятий, компьютерные технологии, мультимедиа, библиотека ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Анатомический музей кафедры анатомии и биологической антропологии, кафедральная антропометрическая лаборатория.

В процессе реализации курса «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам у лиц с отклонениями в состоянии здоровья» необходимо следующее оборудование:

1. компьютерный класс с подключением к сети интернет;
2. мультимедиапроектор.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» **для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»**
профиль Адаптивное физическое воспитание, **формы (м) обучения** очная и заочная

I. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр для очной формы обучения

Для заочной формы обучения – 4 курс

Форма промежуточной аттестации: диф. **зачёт**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА ВБАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по выбранной теме	5 неделя	10
2	Посещение занятий	В течение семестра	27
3	Выступление на семинаре «Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности»	6-7 неделя	6
4	Выступление на семинаре «Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности»	7-8 неделя	6
5	Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения»	12 неделя	6
6	Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха»	13 неделя	6
7	Выступление на семинаре «Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей»	17 неделя	6
8	Презентация по выбранной теме	15-16 неделя	13
	Зачёт с оценкой		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Наличие конспекта лекции и занятий	5
3	Выступление на семинаре, который пропущен	10
4	Подготовка доклада по выбору студента, по теме которой он пропустил,	10

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

5	Написание реферата по пропущенной теме	5
6	Презентация по пропущенной теме	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.26. Физиологические механизмы адаптации к физическим
нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

профиль: Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация,
Лечебная физическая культура
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 8 семестр для очной формы обучения, и 4 курс для заочной формы обучения.

3.Цель освоения дисциплины: является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптации к физическим нагрузкам, умению ориентироваться в возможностях здоровья с учетом подготовки к профессиональной деятельности по профилю подготовки.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:
Способен развивать психические и физические качества, отличаясь отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний (ПК-4).

5.Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов для очной формы обучения и заочной формы обучения.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам	8	6	12	36		
2	1.1.Введение в курс дисциплины	8	2	2	6		
3	1.2 Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	8	2	4	10		
4	1.3 Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	8	2	4	10		
5	1.4. Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	8		2	10		

6	Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями	8	6	12	36		
7	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	8	2	2	10		
8	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	8	2	4	10		
9	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	8	2	4	10		
10	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	8		2	6		
Итого часов: 108			12	24	72		Диф.зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Курс 4	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие закономерности адаптации к физическим нагрузкам	С.8	2	6	32		
2	1.1.Введение в курс дисциплины	С.8	2				
3	1.2.Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	С.8		2			
4	1.3.Функциональные изменения в организме, возникающие при спортивной деятельности.	С.8		2	16		
5	1.8.Физиологические основы спортивной тренировки и развития тренированности	С.8		2	16		
6	Раздел 2 Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями	С.8		6	62		
7	2.1.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями зрения.	С.8		2	14		

8	2.2.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с нарушениями слуха.	С.8		2	16		
9	2.3.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с детским церебральным параличом.	С.8		2	16		
10	2.4.Особенности адаптации к физическим нагрузкам лиц с врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей.	С.8			16		
Итого часов: 108			2	12	94		Диф.зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1.В.27 «Оздоровительная физическая культура в акушерстве
и лечебная физическая культура гинекологии»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ФРМ и ОФК им.И.М.Саркизова-Серазини
(наименование)
Протокол № 02 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания
кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Ермолаева Юлия Анатольевна - кандидат педагогических наук, доцент
кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазин
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины Б1.В.27 «Оздоровительная физическая культура в акушерстве и лечебная физическая культура гинекологии» - овладеть знаниями, умениями и навыками в области оздоровительной и лечебной физической культуры в акушерстве и гинекологии с лечебной и профилактической целью.

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Структура и содержание программы дисциплины составлены в соответствии с требованиями к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки бакалавра Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования третьего поколения.

Дисциплина по структуре и содержанию отвечает требованиям теоретической подготовки бакалавра и направлена на формирование знаний об особенностях женского организма в период беременности, изучение эпидемиологии, этиологии и патогенеза, клинического течения наиболее распространённых гинекологических заболеваний и физической реабилитации на различных этапах реабилитации.

Учебный материал программы реализуется в основных формах организации образовательного процесса – лекциях и лабораторно-практических занятиях. Освоение программного материала осуществляется на основе сформированных знаний и фундаментальных положениях базовых дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Общая патология и тератология», «Частная патология», практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА уровня квалификации бакалавр.

Общий объем дисциплины «Оздоровительная физическая культура в акушерстве и лечебная физическая культура гинекологии» составляет 72 часа, 2 зачётные единицы.

Контроль за знаниями и умениями студентов осуществляется во время практических занятий в форме выступлений студентов, написания рефератов, подготовки презентаций, выполнении контрольно-тестовых заданий и завершается итоговым зачётом.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	
	ПК-1.1. Знает: Организацию и осуществление индивидуального маршрута реабилитации; основы практики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации.	8
	ПК-1.2. Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приемы массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8
	ПК-1.4. Умеет: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и	8

	очередность выполнения реабилитационных мероприятий.	
	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации	8
	ПК-1.7. Имеет опыт: управления физической нагрузкой занимающихся; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе физической реабилитации; самостоятельного проведения мероприятий по физической реабилитации	8

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные изменения происходящие в организме женщины в период беременности	8	2	4	6		
2	Оздоровительная физическая культура в период беременности	8	2	4	6		
3	Разработка дифференцированных комплексов физических упражнений в зависимости от триместра беременности	8	2	4	6		
4	Оздоровительная физическая культура в родах и послеродовой период	8	2	4	6		
5	Лечебная физическая культура в гинекологии при различных гинекологических заболеваниях	8	2	4	6		

6	Лечебная физическая культура в гинекологии при оперативных вмешательствах на органах половой сферы женщины	8	2	4	6		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачёт

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет.

Перечень примерных вопросов для подготовки к зачету

1. Назовите изменения в сердечно-сосудистой и дыхательной системах в период беременности.
2. Изменения в органах кроветворения в период беременности.
3. Как изменяется нервная и гормональная системы в этот период.
4. Какие физиологические изменения происходят в пищеварительной системе в период беременности.
5. Изменения в мочевыделительной системе в период беременности.
6. Как происходит формирование маточноплацентарного комплекса и околоплодных вод.
7. В чем сущность перестройки опорно-двигательного аппарата.
8. Что происходит с иммунной системой, кожей и молочными железами в период беременности.
9. Охарактеризуйте общие положения и требования к организации занятий ОФК в период беременности.
10. Охарактеризуйте каждый из трёх триместров беременности.
11. Перечислите показания и противопоказания к применению ОФК в период беременности.
12. Задачи ОФК в период беременности.

13. По каким показателям и как беременные женщины распределяются на группы для занятий ОФК?
14. Какова дозировка физических упражнений на занятиях по ОФК?
15. Задачи ОФК в первом триместре.
16. Задачи ОФК во втором триместре.
17. Задачи ОФК в третьем триместре.
18. Особенности занятий ОФК в первом триместре
19. Особенности занятий ОФК во втором триместре.
20. Особенности занятий ОФК в третьем триместре.
21. Особенности занятий ОФК при наличии узкого таза.
22. Особенности занятий ОФК при тазовом предлежании.
23. Особенности занятий ОФК при ожирении.
24. Методические рекомендации к проведению занятий ОФК при беременности.
25. Рекомендованные формы двигательной активности для беременных.
26. Охарактеризуйте периоды родов.
27. В какой из периодов целесообразно проводить занятия физическими упражнениями? Опишите их.
28. Когда и как применяется самообезболивание? Укажите основные приёмы.
29. Расскажите об альтернативных методах родовспоможения.
30. Вертикальные роды, их особенности.
31. Какова цель и задачи ОФК в послеродовый период.
32. Охарактеризуйте упражнения, используемых в послеродовый период.
33. Показания к применению кесарева сечения.
34. Назовите основные гинекологические заболевания женщин.
35. Этиология и патогенез воспалительных заболеваний женских половых органов. Предрасполагающие факторы.
36. Задачи, средства и методы лечебной физической культуры при воспалительных заболеваниях женских половых органов.

37. Общая характеристика лечебной физической культуры при воспалительных заболеваниях женских половых органов?
38. Характеристика этиологии и патогенеза неправильного положения матки. Охарактеризовать упражнения при неправильном положении матки.
39. Сущность опущения и выпадения внутренних половых органов женщины.
40. Степени опущения внутренних половых органов женщины
41. Охарактеризуйте упражнения Кегеля.
42. Методика лечебной гимнастики при I-II степени пролапса гениталий.
43. Виды оперативных вмешательств и задачи лечебной физической культуры после них.
44. Противопоказания для проведения лечебной физической культуры после хирургического вмешательства.
45. Лечебная физическая культура в предоперационный период. Задачи, средства и методы.
46. Лечебная физическая культура в раннем послеоперационном периоде. Задачи, средства и методы.
47. Лечебная физическая культура в позднем послеоперационном периоде. Задачи, средства и методы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

- 1) Физическая реабилитация: в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" : рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2014 (или переиздание 2016)

2) Лечебная физическая культура : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова. - 11-е изд., испр. - М.: Academia, 2014. - 413 с.: ил.

3) Частная патология: Учебник для студентов учреждений высш. образования / под. ред. С.Н. Попова. – 2-е изд. перераб. и доп. – М., «Академия», 2014. – 272 с.

4) Абрамченко В. В. Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии : рук. для врачей (с фотоальбомом) / В.В. Абрамченко, В.М. Болотских. - СПб.: ЭЛБИ-СПб, 2007. - 192 с.: фот., табл.

5) Дифайор Д. Гимнастика для беременных / Дифайор Джуди. - М.; СПб.: Диля, 2004. - 73 с.: ил.

6) Заболевания женской половой системы. Невынашивание беременности. - М.: Издат. дом журн. Здоровье, 2002. - 63 с.: ил.

7) Прокушенкова О.И. Плавание в курсе подготовки к родительству и родам / О.И. Прокушенкова. - М.: ФиС, 2006. - 189 с.: ил.

б) Дополнительная:

1) Аикина Л.И. Влияние занятий оздоровительным плаванием на функциональное состояние беременной женщины / Л.И. Аикина // ЛФК и массаж. - 2006. - N 7. - С. 12-16.

2) Аикина Л.И. Двигательная активность женщин в дородовом периоде / Аикина Л.И. //Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта : сб. ст. Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 35-летию ВЛГАФК, 9-10 нояб. 2005 г. / Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Великолук. гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2005. - С. 181-184.

3) Аикина Л.И. Дородовая подготовка женщин средствами оздоровительного плавания : учеб. пособие / Л.И. Аикина ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2006. -35 с.: ил., рис.

4) Бутченко Л.А. Медицинские вопросы оздоровительной физической культуры и спорта женщины / Л.А. Бутченко, Р.Г. Сукиасьян // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2005. -К 5-6. - С. 4-11.

5) Коваленко Т.Н. Физиопсихологическая подготовка беременных женщин к родам / Т.Н. Коваленко // Журнал Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов. - 2006. - N 2. - С. 24.

6) Кривоногова Т. С. Влияние дыхательной и аквагимнастики на адаптационные возможности организма беременных женщин / Т.С. Кривоногова, О.М. Гергет, Л.А. Агаркова // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечеб. физ. культуры. - 2010. - N 6. - С. 25-29.

7) Лечебная физическая культура: справочник/ ред. Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2001. – 588 с.

8) Медицинская реабилитация: руководство. Под ред. Акад. РАМН, проф. В.М. Боголюбова, в 3-х томах. – Т.3. - М., 2007

9) Физическая реабилитация в акушерстве и гинекологии : учеб. пособие / Т.Н. Федорова, А.Н. Налобина, Н.Н. Лазарева, Л.Б. Кичигина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2014 .— 303 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/641003>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>

2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1. [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
2. [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru)
3. [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
- 2) [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(rucml.ru\)](http://rucml.ru)
- 3) [Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» \(https://cyberleninka.ru/\)](https://cyberleninka.ru/)
- 4) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).
- 5) [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru)
- 6) [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)
- 7) Департамент труда и социальной защиты города Москвы (проект «Московское долголетие») - <https://dszn.ru/dolgoletie>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. [Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)
2. [Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Реабилитационное оборудование – гимнастическую стенку и скамейку, различные предметы для занятий физическими упражнениями.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.27 «Оздоровительная физическая культура в акушерстве и лечебная физическая культура гинекологии» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль «Лечебная физическая культура», очная форма обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 8 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Изменения в различных системах организма женщины при беременности»	24 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Оздоровительная физическая культура при беременности в разных триместрах»	27 неделя	5
3	Выступление на семинаре «Оздоровительная и лечебная физическая культура при гинекологических заболеваниях»	30 неделя	5
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Оздоровительная и лечебная физическая культура после операционных вмешательств в гинекологии»	32 неделя	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Оздоровительная и лечебная физическая культура после кесарева сечения»	35 неделя	10
6	Тест по всему изученному материалу	40 неделя	10
7	Реферат по теме (назначается индивидуально)	В течение	15

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

		<i>семестра</i>	
8	Презентация по теме (назначается индивидуально)	<i>В течение семестра</i>	10
9	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	10
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Изменения в различных системах организма женщины при беременности»	10
2	Выступление на семинаре «Оздоровительная физическая культура при беременности в разных триместрах»	5
3	Выступление на семинаре «Оздоровительная и лечебная физическая культура при гинекологических заболеваниях»	5
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Оздоровительная и лечебная физическая культура после операционных вмешательств в гинекологии»	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Оздоровительная и лечебная физическая культура после кесарева сечения»	10
6	Презентация по теме (назначается индивидуально)	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.27 «Оздоровительная физическая культура в акушерстве и лечебная
физическая культура гинекологии»**

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

Профиль: «Лечебная физическая культура» Уровень образования:
бакалавриат

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024 г.

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 8 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): овладеть знаниями, умениями и навыками в области оздоровительной и лечебной физической культуры в акушерстве и гинекологии с лечебной и профилактической целью.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.	8 семестр

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основные изменения происходящие в организме женщины в период беременности	8	2	4	6		
2	Оздоровительная физическая культура в период беременности	8	2	4	6		
3	Разработка дифференцированных комплексов физических упражнений в зависимости от триместра беременности	8	2	4	6		
4	Оздоровительная физическая культура в родах и послеродовый период	8	2	4	6		
5	Лечебная физическая культура в гинекологии при различных гинекологических заболеваниях	8	2	4	6		
6	Лечебная физическая культура в гинекологии при оперативных вмешательствах на органах половой сферы женщины	8	2	4	6		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачёт

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.28 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (АФК)»

Направленность (профиль): «Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от 12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини»
Протокол № 2 от «12» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «1» сентября 2020г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «25» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им.
И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «01» сентября 2022г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры «Физической
реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 2 от «07» сентября 2023г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры «Физической
реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини
Протокол № 1 от «5» сентября 2024г.

Составитель:

Ткаченко Светлана Анатольевна, к.п.н., доцент, доцент каф. ФРМ и ОФК
РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов» является: овладение теоретическими знаниями и практическими умениями в области применения средств лечебной физической культуры при заболеваниях суставов. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.В.28 «Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов» изучается в 8 семестре, основана на знаниях анатомии, физиологии и биомеханики движений человека, теоретико-методических основ лечебной физической культуры, общей и частной патологии. Для успешного освоения дисциплины необходимо знать анатомическое строение суставов верхних и нижних конечностей, а так же мышцы, обеспечивающие движения в суставах и их стабильность. Особенности биомеханики движений в различных суставах, физиологические механизмы восстановления, основные положения общей и частной патологии в отношении заболеваний суставов. Дисциплина изучается на четвертом курсе бакалавриата в форме лекций, практических и самостоятельных занятий. Практические занятия проводятся в форме доклинической практики в вузе. Обучающиеся должны быть готовы принять участие в обсуждении методических особенностей построения программ реабилитации в зависимости от характера заболевания, периода и этапа реабилитации, проводить занятия с пациентами, имеющими заболевания суставов. Является этапом подготовки к ГИА.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.			
	<i>ПК-1. Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.</i>	8		
	<i>ПК-1.3.Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.</i>	8		
	<i>ПК-1.4. Умеет: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий.</i>	8		
	<i>ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять</i>	8		

	последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.			
	ПК-1.6. Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации;	8		

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Воспалительные заболевания суставов - артриты	8	4	18	24		
1.1	Этиология и патогенез артритов. Клиническая картина и течение. Средства и методы ЛФК.	8	1	4	6		
1.2	Задачи и методика ЛФК при артритах в подострый период и период ремиссии. Сочетание физических упражнений с физиотерапевтическими, бальнеологическими процедурами и массажем	8	1	6	8		
1.3	Ревматический артрит. Задачи и методика ЛФК при ревматическом артрите.	8	2	4	6		
1.4	Ревматоидный артрит. Задачи	8		4	4		

	и методика ЛФК при ревматоидном артрите.						
2	Дегенеративно-дистрофические заболевания суставов - артрозы	8	4	16	32		
2.1	Понятие об артрозе. Этиология и патогенез. Клиническая картина и течение. Лечение и реабилитация.	8	1	4	8		
2.2	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах различной степени тяжести.	8	1	4	8		
2.3	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах суставов верхней конечности	8	1	4	8		
2.4	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах суставов нижней конечности	8	1	4	8		
3	ЛФК для лиц с артрозами различных суставов в условиях санаторно-курортного лечения	8	4	2	4		
Итого часов: 108			12	36	60		Зачет с оценкой

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов для зачета с оценкой:

1. Задачи и методика ЛФК при артритах в подострый период и в период ремиссии
2. Задачи и методика ЛФК при артрозах в начальный период их развития
3. Задачи и методика ЛФК при хроническом течении артрозах в стадии обострения

4. Задачи и методика ЛФК при артрозах в стадии ремиссии
5. Методика ЛФК при артритах в сочетании со средствами физиотерапии и бальнеотерапии
6. Методика ЛФК при артрозах в сочетании со средствами физиотерапии и бальнеотерапии
7. Методика ЛФК при коксартрозе
8. Методика ЛФК при гонартрозе
9. Методика ЛФК при артрозе плечевого сустава
10. Методика ЛФК при артрозе голеностопного сустава
11. Применение бальнеолечения при заболеваниях суставов
12. Применение криотерапии при заболеваниях суставов
13. Применение тракционной терапии при артритах
14. Применение средств механотерапии при заболеваниях суставов

Контрольные вопросы и задания для подготовки к зачету с оценкой.

1. Дайте определение понятия артрит. Опишите клиническую картину артрита (суставной синдром)
2. Этиология и патогенез артритов. Методы лечения артритов.
3. Задачи и методика ЛФК в разные периоды течения артритов (подострый, восстановительный, ремиссии)
4. Функционально-выгодные положения в суставах верхних и нижних конечностей (по А.А.Лепорскому) для лечения положением при артритах.
5. Роль и методика проведения дыхательных упражнений при артритах.
6. Методики проведения изометрических напряжений мышц пораженной конечности при артритах.
7. Сочетание ЛГ с физиотерапевтическими процедурами при артритах в подостром периоде.
8. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом суставов верхней конечности в подострый период.
9. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом

- суставов верхней конечности в восстановительный период.
10. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом суставов верхней конечности в период ремиссии.
 11. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом суставов нижней конечности в подострый период.
 12. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом суставов нижней конечности в восстановительный период.
 13. Составьте комплекс физических упражнений для больного с артритом суставов верхней конечности в период ремиссии.
 14. Выберите из составленного комплекса (задания 8 - 13) упражнения на 7 - 10 мин. для самостоятельных занятий больным 1 – 2 раза в день.
 15. Какие методические тонкости надо учитывать при выполнении движений в пораженных суставах в подостром периоде? (последовательность пассивных, активно-пассивных, активных движений, использование лечения положением, облегченных исходных положений, расслабления мышц и т.д.)
 16. Дайте определение понятию остеоартроз и его синонимов.
 17. Приведите классификацию артрозов (первичные и вторичные).
 18. Этиология и патогенез артрозов, их клиническая картина и течение.
 19. Задачи ЛФК при артрозах в зависимости от стадии заболевания.
 20. Сочетание использования физических упражнений с физиотерапевтическими процедурами, направленными на устранение реактивного синовита и болей в суставе.
 21. Опишите методику механотерапии и тракционной терапии при артрозах верхней конечности.
 22. Опишите методику механотерапии и тракционной терапии при артрозах верхней конечности.
 23. Опишите методику лечебного массажа при артрозах.
 24. Укажите области воздействия рефлексорного массажа при артрозах различной локализации.

25. Какие виды бальнеотерапии используются при артрозах.
26. Особенности ЛФК при артрозе тазобедренного сустава.
27. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом тазобедренного сустава 1 стадии.
28. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом тазобедренного сустава 2 стадии.
29. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом тазобедренного сустава 3 стадии.
30. Особенности методики ФР при артрозе коленного сустава.
31. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом коленного сустава 1 стадии.
32. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом коленного сустава 2 стадии.
33. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом коленного сустава 3 стадии.
34. Особенности методики ЛФК при артрозе голеностопного сустава.
35. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом голеностопного сустава.
36. Особенности методики занятий при артрозе суставов стопы.
37. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом суставов стопы.
38. Особенности методики занятий ЛФК при артрозе плечевого сустава.
39. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом плечевого сустава.
40. Особенности методики занятий ЛФК при артрозе локтевого сустава.
41. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом локтевого сустава.
42. Особенности методики занятий ЛФК при артрозе суставов кисти.
43. Составьте комплекс физических упражнений для ежедневных занятий пациента с артрозом суставов кисти.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2018. – 420 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>
2. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие [для бакалавриата]: направление подгот. 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А. Ю. Дронь, Ф. Н. Солдатенков, Н. А. Бойко .— Сургут : РИО СурГПУ, 2018 .— 159 с. <https://lib.rucont.ru/efd/683828>

б) Дополнительная литература:

1. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 224 с.: схем., табл., ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695230>
2. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / ред. Попов С.Н. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 603 с.: ил. - URL: [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/120513.pdf)
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=120513&DocQuerID=11688057&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

1. «Интернет»: Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал. - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
2. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. Научно-практический медицинский журнал. - <https://www.mediasphera.ru/issues/voprosy-kurortologii-fizioterapii-i-lechebnoj->

fizicheskoy-kultury

3. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал.
- <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
2. *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
3. *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
4. *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

- 1) [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\).](http://elibrary.ru)
- 2) [Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\).](http://medelement.com)
- 3) [Российский Стадион - информационное агентство \(stadium.ru\).](http://stadium.ru)
- 4) [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс](#)

[\(\[sportmedicine.ru\]\(http://sportmedicine.ru\)\)](http://sportmedicine.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

- 1) [Информационный портал «Информбио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(\[informio.ru\]\(http://informio.ru\)\)](http://informio.ru).
- 2) Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (<https://www.who.int/ru>).
- 3) Библиографическая и реферативная база данных публикаций по биомедицине (<https://medj.rucml.ru/>).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для материально-технического обеспечения дисциплины кафедра имеет и использует: компьютерный класс (ауд.339) оборудованный 10 компьютерами для проведения тестирования, реабилитационный центр (ауд.327), оборудованный многофункциональным тренажером Бубновского, велотренажером, тредбаном, имеются фитболы и другое мелкое реабилитационное оборудование для проведения практических занятий;

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.28 «Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов» для обучающихся института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» направленности (профилю) Лечебная физическая культура очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачет с оценкой.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Основные понятия о причинах, клинических проявлениях и средствах ЛФК при заболеваниях суставов»	23	5
2	Выступление на семинаре «Задачи и методика ЛФК при артритах в разные периоды. Сочетание физических упражнений с физиотерапевтическими процедурами, бальнеологическим лечением и массажем»	24	5
3	Выступление на семинаре «Средства и методы ЛФК при артрозах различной степени тяжести»	27	5
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Воспалительные заболевания суставов - артриты»	25	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «ЛФК при артрозах верхних конечностей»	29	15
6	Выполнение практического задания №3 по разделу «ЛФК при артрозах нижних конечностей»	31	15
7	Тест по теме «ЛФК при заболеваниях суставов».	32	15
8	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Зачет с оценкой		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

		Максимально
№	Виды текущего контроля успеваемости	е кол-во баллов
1	Тест по теме «Физическая реабилитация при заболеваниях суставов»	15
2	Подготовка доклада по теме занятия, пропущенному студентом	5
3	Презентация по теме практического занятия, пропущенного студентом	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.28 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

Направленность (профиль): «Лечебная физическая культура»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 8 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов» является: овладение теоретическими знаниями и практическими умениями в области применения средств лечебной физической культуры при заболеваниях суставов.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; владеет медицинскими основами адаптивной физической культуры.			
	ПК-1.2 Знает: Классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; медицинские основы адаптивной физической культуры; регулирование физической нагрузки занимающихся; основные виды и приема массажа, показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры.	8		
	ПК-1.3.Знает: Основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания,	8		

	внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.			
	ПК-1.4. Умеет: Взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий.	8		
	ПК-1.5. Умеет: осуществлять подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определять последовательность применения средств физической реабилитации; составлять индивидуальные программы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, самостоятельно проводить мероприятия по физической реабилитации.	8		
	ПК-1.6. Имеет опыт: Прогнозирования результатов физической реабилитации; использования реабилитационного оборудования и технических средств реабилитации; определения оптимального набора средств и методов физической реабилитации;	8		

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Воспалительные заболевания суставов - артриты	8	4	18	24		
1.1	Этиология и патогенез артритов. Клиническая картина	8	1	4	6		

	и течение. Средства и методы ЛФК.						
1.2	Задачи и методика ЛФК при артритах в подострый период и период ремиссии. Сочетание физических упражнений с физиотерапевтическими, бальнеологическими процедурами и массажем	8	1	6	8		
1.3	Ревматический артрит. Задачи и методика ЛФК при ревматическом артрите.	8	2	4	6		
1.4	Ревматоидный артрит. Задачи и методика ЛФК при ревматоидном артрите.	8		4	4		
2	Дегенеративно-дистрофические заболевания суставов - артрозы	8	4	16	32		
2.1	Понятие об артрозе. Этиология и патогенез. Клиническая картина и течение. Лечение и реабилитация.	8	1	4	8		
2.2	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах различной степени тяжести.	8	1	4	8		
2.3	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах суставов верхней конечности	8	1	4	8		
2.4	Методика применения средств и методов ЛФК при артрозах суставов нижней конечности	8	1	4	8		
3	ЛФК для лиц с артрозами различных суставов в условиях санаторно-курортного лечения	8	4	2	4		
Итого часов: 108			12	36	60		Зачет с оценкой

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.29 «Тейпирование в спорте и реабилитации»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук,
профессор кафедры спортивной медицины

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Тейпирование в спорте и реабилитации» является: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ кинезиотейпирования в спорте и реабилитации, а также добиться целостного осмысления содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных форм, подбор правильных методик нанесения тейпов на поврежденную область, учитывая показания и противопоказания, клиническую картину. Образовательная деятельность по дисциплине «Тейпирование в спорте и реабилитации» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

«Тейпирование в спорте и реабилитации» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теоритико-методические основы физического воспитания, теоретико–методологических основ лечебной физической культуры и физической реабилитации. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профиля – физическая реабилитация. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина «Тейпирование в спорте и реабилитации» является одной из фундаментальных теоретическо-практических дисциплин для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области физической реабилитации и лечебной

физической культуры. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в отделениях больниц, госпиталей, поликлиник, диспансеров, а также в специализированных реабилитационных центрах и санаториях.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	
ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления временно утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения реабилитационного процесса.	ПК- 2.1. Знает: Основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека	8	
	ПК-2.2. Знает: Теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение.	8	
	ПК-2.3. Умеет: Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико - физиологической оценки; оценивать анатомо - функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций	8	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы тейпирования: - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания к применению методики тейпирования.	8	2	6	8		
2	Механизм действия кинезиотейпов: - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.	8	2	6	8		
3	Основные правила работы с аппликациями в тейпировании: - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.	8	4	6	10		

4	Основные техники методики тейпирования: - Мышечное тейпирование; - Корректирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания	8	4	6	10		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Тейпирование в спорте и реабилитации».

Примерный перечень вопросов для зачета:

1. История возникновения методики тейпирования.
2. Цвета тейпов и принципы работы с ними, особенности цветотерапии.
3. Виды и свойства тейпов, отличия.
4. Терминология тейпирования. Анатомия тейпирования.
5. Показания к применению методики тейпирования. Области медицины, в которых показано применение данной методики.
6. Противопоказания к применению методики тейпирования.
7. Механизм действия кинезиотейпов. Физиологический механизм. проприоцептивный.
8. Основные правила работы с аппликациями в тейпировании.
9. Подготовка кожи к тейпированию. Нанесение и удаление тейпов Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.
10. Основные техники методики тейпирования.
11. Мышечное тейпирование и его особенности.
12. Методика ингибиции мышц, особенности нанесения аппликаций.
13. Методика фасциатации мышц, особенности нанесения аппликаций.

14. Корригирующие техники тейпирования в спорте и реабилитации.
15. Механическая коррекция, особенности нанесения аппликации.
16. Степени натяжений аппликаций, основные виды полосок кинезиотейпов.
17. Фасциальная коррекция, особенности нанесения аппликации.
18. Послабляющая коррекция, особенности нанесения аппликации.
19. Связочная/сухожильная коррекция, особенности нанесения аппликации.
20. Функциональная коррекция, особенности нанесения аппликации.
21. Лимфатическая коррекция, особенности нанесения аппликации.
22. Особенности применения сложных техник аппликаций.
23. Виды тейпирования. Медицинское тейпирование, кинезиотейпирование, атлетическое тейпирование.
24. Особенности тейпирования в спорте.
25. Особенности тейпирования в реабилитации.
26. Техника тейпирования мышц шеи.
27. Техника тейпирования мышц верхних конечностей.
28. Техника тейпирования мышц нижних конечностей.
29. Техника тейпирования мышц спины.
30. Техника тейпирования мышц брюшной полости.
31. Техника тейпирования мышц груди.
32. Тейпирование в спорте на различных этапах подготовки.
33. Особенности тейпирования в единоборствах.
34. Особенности тейпирования в циклических видах спорта.
35. Особенности тейпирования в сложно-координационных видах спорта.
36. Тейпирование при патологиях ССС.
37. Тейпирования при травмах и заболеваниях ОДА.
38. Тейпирование при патологиях ДС.
39. Тейпирование при патологиях нервной системы.
40. Тейпирование при патологиях ЖКТ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Касаткин, М. С. Основы спортивного тейпирования : учебное пособие : [12+] / М. С. Касаткин, Е. Е. Ачкасов ; Первый московский государственный медицинский университет им. И. М. Сеченова. – Москва : Спорт, 2016. – 120 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454512>
2. Уткин, И.В. Кинезитерапия при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата / М.Н. Уткина, Е.В. Перевозчикова; И.В. Уткин .— Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2017 .— 40 с. — URL:

<https://lib.rucont.ru/efd/637974>

Внешний источник (LTI): <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=637974>

3. Кейл, Э. Тейпирование в спортивной и клинической медицине = Strap Taping for Sports and Rehabilitation / ред.: Е.Е. Ачкасов, М.С. Касаткин; пер. М. Прокопьева; Э. Кейл .— Москва : Спорт, 2015 .— 137 с. : ил.
<https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=641316>

б) Дополнительная литература:

1. Синельников, Р.Д. Атлас анатомии человека : в 3 т. : учеб. пособие для студентов мед. ин-тов : доп. Гл. упр. учеб. заведений М-ва здравоохранения СССР / Р.Д. Синельников. - Изд. 4-е, перераб. и доп. - М.: Медицина. Т. 1: Учения о костях, суставах, связках и мышцах. - 1972. - 458 с.: ил. - 7.19
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59335&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=59335&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59335&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Синельников, Р.Д. Атлас анатомии человека : в 3 т. : учеб. пособие для студентов мед. ин-тов : доп. Гл. упр. учеб. заведений М-ва здравоохранения СССР / Р.Д. Синельников. - Изд- 4-е, перераб. и доп. - М.: Медицина. Т. 3: Учение о нервной системе, органах чувств, и органах внутренней секреции. - 1974. - 399 с.: ил. - 7.48
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59337&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=59337&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59337&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Синельников, Р.Д. Атлас анатомии человека : в 3 т. : учеб. пособие для студентов мед. ин-тов : доп. Гл. упр. учеб. заведений М-ва здравоохранения СССР / Р.Д. Синельников. - Изд. 4-е, перераб. и доп. - М.: Медицина. Т. 2: Учение о внутренностях и сосудах. - 1973. - 468 с.: ил. - 8.54
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59336&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=59336&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59336&DocQuerID=11551482&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.sportape.ru/about/> Сайт с информацией о кинезиотейпировании
2. https://athleticmed.ru/articles/kinesio_taping/ Сайт с информацией о кинезиотейпировании
3. Вестник восстановительной медицины. Научно-практический журнал - <https://www.vvmr.ru/archives/2024/>
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал - <http://lfksport.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows 10;
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

[Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru)

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.sportedu.ru\)](http://lib.sportedu.ru)

[Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1) [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

2) [Центральная научная медицинская библиотека – национальный библиотечный ресурс России по медицине и фармации \(ruscml.ru\)](http://ruscml.ru)

3) [Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» \(https://cyberleninka.ru/\)](https://cyberleninka.ru/)

4) [Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

5) [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru)

6) [Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Спортивная медицина <https://www.sportmedicine.ru/books.php>
4. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
<https://fgosvo.ru/>
6. Реестр примерных основных образовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации
<https://fgosreestr.ru/>
7. Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Тейпирование в спорте и реабилитации» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилю – Лечебная физическая культура. Очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 (очная ф.о.) семестр.

Форма промежуточной аттестации: Зачет.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «История создания методики тейпирования»	3 неделя	3
2	Выступление на семинаре «Основы тейпирования. Основы тейпирования в спорте и реабилитации»	4 неделя	3
3	Выполнение практического задания №1 по разделу «Основные правила работы с аппликациями в тейпировании»	5 неделя	5
4	Написание реферата по темам раздела «Тейпирование в спорте и реабилитации»	5 неделя	15
5	Контрольная работа по разделу «Основные техники методики тейпирования»	10неделя	15
6	Выполнение практического задания №2 по разделу «Методика нанесения аппликаций при ингибции и фацiliation»	10 неделя	8
7	Выступление на семинаре «Виды корригирующих техник»	15 неделя	6
8	Презентация по изучаемым разделам дисциплины	В течение семестра	5
10	Посещение занятий	В течение семестра	10 (1ч=0,146)
	Зачет		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу по разделу «Основной механизм действия тейпов»	5
2	Выступление на семинаре «Корректирующие техники тейпирования»	10
3	Подготовка реферата по разделу, пропущенному студентом	10
4	Дополнительное тестирование по теме «Мышечное тейпирование»	5
5	Написание реферата по теме «Тейпирование при патологии ОДА»	10
6	Презентация по теме «Техники тейпирования в спорте»	10

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М Саркизова-Серазини**

АННОТАЦИЯ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.29 «Тейпирование в спорте и реабилитации»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль: Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетных единицы.
2. **Семестры освоения дисциплины (модуля):** 8 (очная ф.о.) семестр.
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):**

Обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ тейпирования в спорте и реабилитации, а также добиться целостного осмысления содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных форм, подбор правильных методик нанесения тейпов на поврежденную область, учитывая показания и противопоказания, клиническую картину.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	
ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические и иные средства и методические приемы для восстановления временно утраченных функций и развития необходимых компенсаторных физических качеств для успешного завершения	ПК- 2.1. Знает: Основы практики эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии и использования технических средств реабилитации; физиологические основы компенсаторных механизмов; методики анализа потребностей в назначении технических средств реабилитации и ассистивных технологий для лиц, имеющих ограничения жизнедеятельности, нарушения функций и структур организма человека	8	
	ПК-2.2. Знает: Теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о типовых патологических процессах, утомление, переутомление, перенапряжение.	8	
	ПК-2.3. Умеет: Владеть методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико - физиологической оценки; оценивать анатомо -	8	

реабилитационного процесса.	функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций		

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 **зачетных единицы**, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы тейпирования: - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания к применению методики тейпирования.	8	2	6	8		
2	Механизм действия кинезиотейпов: - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.	8	2	6	8		
3	Основные правила работы с аппликациями в тейпировании: - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.	8	4	6	10		

4	Основные техники методики тейпирования: - Мышечное тейпирование; - Корректирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания	8	4	6	10		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.ДВ.01.01 Оздоровительные технологии в Физической реабилитации»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

профиль:

Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г

Москва – 2018г

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №__от «__»__20__г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

Протокол №1 от «05» сентября 2024г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

Протокол №__от «__»__20__г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

Протокол №__от «__»__20__г.

Составитель:

Власова Наталья Анатольевна кандидат педагогических наук, доцент – доцент
кафедры Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Смоленский Андрей Вадимович доктор медицинских наук, профессор –
профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ;

1. Цель освоения дисциплины

Освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области оздоровительных технологий в условиях современного общества и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности. Данный раздел программы посвящен использованию средств оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения, умению оценить состояние здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой, сформировать у студентов понимание, сути, задач принципов оздоровительной физической культуры на примере самостоятельно выбранной оздоровительной системы.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Оздоровительные технологии в ФР» входит в состав блока дисциплин по выбору в составе учебного плана направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание» и необходима в профессионально-педагогической подготовке специалистов. Относится к профильному циклу вариативной части. Курс формирует у студентов профессиональные компетенции в осуществлении профессиональной деятельности, осуществляет теоретические обобщения практических навыков с целью решения, возникающих при проведении оздоровительных занятий и конкретных задач

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется истории развития оздоровительных технологий и понятиям о традиционных и нетрадиционных оздоровительных технологиях.

Основной частью курса дисциплины по выбору «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации» является ознакомление и теоретико-практическое освоение студентами различных видов и методик оздоровительных технологий. Применение частных методик оздоровительных технологий при

различных заболеваниях и повреждениях. Сочетание оздоровительных технологий со средствами физической реабилитации.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам оздоровительных технологий. Проверка самостоятельной работы студентов по темам теоретико-практических семинаров осуществляется во время консультаций и собеседования, проверка знаний по овладению методиками оздоровительных технологий в физической реабилитации проводится при защите реферата, презентации на выбранную тему и решение тестов.

Зачет для очной и заочной форм обучения включает вопросы теории и защите реферата, презентации на выбранную тему и решение тестов.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, массаж, частные методики лечебного массажа, спортивная медицина, ТФВ и дисциплины спортивно-педагогического цикла.

Рабочая программа дисциплины по выбору «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам, т.е. 108 часов, из них для очной формы обучения: 18 часов – лекций, 36 часов – практических занятий, 54 часа – самостоятельной работы, для заочной формы обучения: 2 часа – лекций, 8 часов – практических занятий и 98 часов – самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического	6		6

воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры	6	4	4	10		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6	2	2	4		
3	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	2	2	6		
4	II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик	6	4	8	16		
5	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6	2	4	6		
6	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6	2	2	6		
7	2.3. Оздоровительный фитнес	6		2	4		
8	III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения	6	6	18	20		
9	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6	2	6	4		
10	3.2. Развивающая педагогика оздоровления	6		2	4		
11	3.3. Основные направления здоровьесбережения студентов	6	2	2	4		
12	3.4. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6		4	4		

13	3.5. Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6	2	4	4		
14	IV. Контроль в оздоровительной гимнастике	6	4	6	8		
15	4.1. Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6	2	4	4		
16	4.2. Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6	2	2	4		
17							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры	6	2		14		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6	1		6		
3	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	1		8		
4	II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик	6		2	22		
5	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6			8		
6	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6		1	8		
7	2.3. Оздоровительный фитнес	6		1	6		

8	III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения	6		4	48		
9	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6		1	10		
10	3.2. Развивающая педагогика оздоровления	6		1	8		
11	3.3. Основные направления здоровьесбережения студентов	6		1	10		
12	3.4. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6			10		
13	3.5. Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6		1	10		
14	IV. Контроль в оздоровительной гимнастике	6		2	14		
15	4.1. Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6		1	8		
16	4.2. Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6		1	6		
17							Зачет
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

1. Разделы курса

Раздел 1. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры.

Раздел 2. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик.

Раздел 3. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.

Раздел 4. Контроль в оздоровительной гимнастике.

2. Темы и краткое содержание

1. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 1.1 Проблема здоровья человека 21 века

Проблемы здоровья человека. Научные основы оздоровительной гимнастики. Естественно-биологические основы оздоровления. Социально-педагогические аспекты оздоровительной гимнастики. Методологические основы оздоровительной гимнастики. Составляющие здоровья человека. Оценка и самооценка физического здоровья. Психическое здоровье. Самодиагностика психического состояния. Социальное здоровье.

Тема 1.2 Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека

Образ жизни и здоровье. Экологические аспекты здоровья человека. Двигательная активность и здоровье. Личная гигиена и здоровье. Основы рационального питания.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ, ТЕХНОЛОГИЙ, МЕТОДИК

Тема 2.1 Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности

Информационно-ознакомительные характеристики ОВГ. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.

Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности. Методические основы оздоровительной гимнастики. Приемы и методы оздоровления организма. Основные характеристики оздоровительных систем.

Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности. Оздоровительная система К.Купера. Оздоровительные системы аэробной направленности. Основные принципы оздоровительной системы Е.Г. Мильнера. Оздоровительная программа Н.М. Амосова. Атлетическая гимнастика. Изотон. Водная гимнастика. Восточные системы оздоровительной гимнастики.

Тема 2.2 Методика оздоровительной гимнастики

Методические основы оздоровительной гимнастики. Формы занятий оздоровительной гимнастикой. Содержание оздоровления. Методические принципы применения упражнений развивающего характера.

Тема 2.3.Оздоровительный фитнес

Фитнес как новое направление, включающее комплексную систему оздоровления: занятия физкультурой, спортом, питание, образ жизни. Направления фитнеса.

3. НАПРАВЛЕННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ РАЗЛИЧНЫХ КОНТИНГЕНТОВ НАСЕЛЕНИЯ

Тема 3.1 Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе

Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников. Учет возрастных особенностей детей дошкольного возраста в процессе занятий физическими упражнениями. Требования к оздоровительным программам дошкольников

Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.

Тема 3.2 Развивающая педагогика оздоровления

Физическое воспитание детей школьного возраста с ослабленным здоровьем. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение. Сохранение здоровья в профессиональной деятельности. Кинезиология на физкультурных занятиях. Тренинг межполушарного взаимодействия.

Тема 3.3 Основные направления здоровьесбережения студентов

Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем. Особенности возрастного развития учащейся молодежи. Динамика работоспособности

студентов, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов. Структура оздоровительных программ.

Тема 3.4 Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности

Снарядовая гимнастика. Акробатика. Художественная гимнастика. Спортивная аэробика. Акробатический рок-н-рол. Спортивный фитнес. Групповая гимнастика «Евротим».

Тема 3.5 Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения

Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Учет факторов, определяющих особенности применения физических упражнений. Выбор адекватных средств физической культуры для оздоровления лиц пожилого и старшего возраста. Содержание и организационно методические основы занятий. Разработки оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста.

4. КОНТРОЛЬ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКЕ

Тема 4.1 Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста

Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике. Оздоровительный фитнес. Занятия по общей физической подготовке. Комплексно-комбинированное занятие. Основная гимнастика. Профилактика нарушений осанки школьников. Профилактика плоскостопия. Профилактика ожирения. Комплексная диагностика детей дошкольного и школьного возраста

Тема 4.2 Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей

Массовые спортивно-художественные представления как жанр зрелищного искусства. Творчество и технология. Гимнастические выступления. Конкурсы и шоу-программы. Массовые соревнования.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Критерии современных представлений о здоровье человека.
2. Методологические аспекты профилактической медицины.
3. Экологические аспекты здоровья человека.
4. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
5. Проблемы здоровья и образа жизни.
6. Психологические факторы здоровья.
7. Самосознание здоровья как индивидуальной ценности.
8. Тенденции в здоровье мужчин и женщин.
9. Проблемы сохранения здоровья женщины в современном обществе средствами физической культуры.
10. Профессиональное здоровье. Факторы профессиональной работоспособности.
11. Признаки психического и физического старения.
12. Профилактика старения.
13. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
14. Психосоматические связи и их роль в развитии телесных заболеваний.
15. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения функционального состояния организма в зависимости от пола, возраста занимающихся.

16. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья дошкольников.

17. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья младших школьников.

18. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья подростков.

19. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья учащихся старших классов.

20. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья учащейся молодежи.

21. Применение здоровьесберегающих технологий с использованием физических упражнений для улучшения психофизического здоровья трудящихся.

22. Производственная гимнастика как фактор оптимизации психофизического состояния и повышения работоспособности.

23. Связь физических упражнений с питанием.

24. Питание при занятиях оздоровительной тренировкой.

25. Современные оценки уровня (количества) здоровья.

26. Что означает термин «фитнес»?

27. Каковы цели оздоровительной физической культуры?

28. Какие виды фитнеса относятся к китайским оздоровительным системам?

29. Используется ли в оздоровительной тренировке принцип сверхнагрузки?

30. Укажите, как называется система дыхания в йоге.

31. Кто впервые ввел термин «аэробика»?
32. В каком возрасте особенно ярко проявляются половозрастные различия в выборе фитнес-программ?
33. Какой метод разучивания элементов в классической аэробике является наиболее доступным?
34. Кто является автором крылатого выражения: «В здоровом теле – здоровый дух»?
35. Какова оптимальная частота занятий фитнесом в неделю?
36. Укажите оптимальную длительность занятий оздоровительным фитнесом.
37. Используются ли силовые тренажеры при работе с подростками 14– 17 лет?
38. Какие виды спорта лучше всего отражают специфику аэробики?
39. Назовите наиболее популярные методы развития гибкости в оздоровительном фитнесе.
40. Какие виды фитнеса наиболее активно воздействуют на сердечно-сосудистую систему?
41. На сколько счетов выполняется кроссстеп?
42. Всегда ли показ упражнений классической аэробики должен проводиться в зеркальном отображении?
43. Укажите среднюю продолжительность заключительной части урока классической аэробики.
44. В чем заключается особенность восточных систем оздоровления?
45. Разновидностью какого рода гимнастики является тайцзицюань?
46. К какому подходу в оздоровлении человека относится метод Фельденкрайза?
47. Как называется восточная оздоровительнореабилитационная система, включающая в себя физические и дыхательные упражнения, релаксацию и медитацию?
48. Что означает понятие «стретчинг»?

49. Какие направления йоги рекомендуется применять при работе с детьми 6–9 лет?
50. Используются ли игры, построенные на тактильных ощущениях, при работе с детьми 6–9 лет?
51. Укажите, в каком возрасте можно вводить занятия со скакалкой (Rope Skipping).
52. При работе с детьми какого возраста в выборе фитнес-программ следует учитывать особенно ярко проявляющиеся половозрастные различия?
53. Кто был разработчиком программ степ-аэробики?
54. Какова высота платформы, рекомендуемой для занятий степ-аэробикой с детьми 10–13 лет?
55. Укажите размер длинной скакалки, применяемой в аэробике.
56. Кто впервые стал применять упражнения на мяче в системе оздоровительных занятий?
57. Как называется ускоренное развитие живого организма?
58. Укажите нормальную величину ЧСС в состоянии покоя у детей в возрасте 10–11 лет.
59. Что означает термин «заминка» в классической аэробике:
- а) снижение интенсивности
 - б) сбой в последовательности выполнения элементов
 - в) паузы между частями урока.
60. Укажите, какой тип дыхания преобладает у мальчиков с 10-летнего возраста.
61. Как называется период, предшествующий половому созреванию?
62. Что понимается под физической культурой, каковы ее роль и значение в воспитании здорового образа жизни человека?
63. Оздоровительные системы физической культуры, различия в их целях, содержании и формах организации занятий.

64. Раскройте понятие физического качества быстроты, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.

65. Раскройте понятие индивидуального режима дня и объясните, с какой целью он разрабатывается, какие формы занятий физическими упражнениями он может в себя включать.

66. Раскройте понятие физической нагрузки и как ее можно измерять во время самостоятельных занятий физическими упражнениями в спортивном зале и на открытых площадках, охарактеризуйте способы изменения величины физической нагрузки.

67. Охарактеризуйте основные процедуры закаливания организма и их положительное влияние на организм человека, раскройте основные правила дозировки одной из закаливающих процедур.

68. Дайте определение физической подготовки и охарактеризуйте её целевое назначение, в каких формах занятий её можно проводить и какими способами можно оценивать.

69. Охарактеризуйте роль и значение занятий физической культурой для организации трудовой (или учебной) деятельности, расскажите о формах занятий и оздоровительных процедурах, содействующих профилактике утомления.

70. Дайте определение качеству гибкости, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.

71. Охарактеризуйте, какие формы занятий включаются в режим учебного дня учащихся ВУЗов и, каким содержанием они наполняются.

72. Раскрыть основные положения законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

73. Раскройте правила техники безопасности при проведении подвижных игр с учащимися на улице и в спортивном зале.

74. Раскройте понятие «активный отдых» и дайте характеристику основных форм его организации, расскажите о его содержании

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. Особенности культурных ценностей в физкультурно-оздоровительной деятельности человека.
2. Информационная политика в мире физкультурно-оздоровительной деятельности человека.
3. Особенности развития массового спорта в России и в зарубежных странах.
4. Научно-техническая революция как фактор развития физкультурно-оздоровительных технологий в условиях жизни современного общества.
5. Социально-психологические факторы оздоровительных систем.
6. Основные направления оздоровительных систем.
7. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.
8. Особенности биологической системы организма.
9. Назовите основные (базовые) цели жизни человека с учетом уровней пирамидальной структуры системы «Человек»?
10. Перечислите основные функциональные факторы оздоровления.
11. Перечислите основные естественные факторы оздоровления.
12. Перечислите факторы риска, воздействующие на здоровье человека.
13. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Разграничьте понятия «сохранение здоровья», «формирование здоровья», «укрепление здоровья».
14. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.
15. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности.
16. Методика оздоровительной направленности.
17. Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике.

18. Агитационно-пропагандистские формы оздоровительной гимнастики.

19. Основы построения оздоровительной тренировки.

20. Методические правила построения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.

21. Дозирование нагрузки по относительным значениям мощности физических нагрузок.

22. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: аэробика; ритмическая гимнастика; шейпинг; калланетика; гидроаэробика; дыхательная гимнастика.

23. Физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста с ослабленным здоровьем.

24. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение.

25. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.

26. Самоконтроль при самостоятельных занятиях физическими упражнениями с оздоровительной направленностью.

27. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.

28. Особенности системы питания современного человека как одного из факторов здоровья.

29. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.

30. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников.

31. Образование тренировочного эффекта в процессе оздоровления.

32. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.

33. Оздоровительная система К.Купера.

34. Оздоровительные системы аэробной направленности.

35. Оздоровительная программа Н.М.Амосова.

36. Атлетическая гимнастика.
37. Оздоровительная система «Изотон».
38. Нетрадиционные оздоровительные системы. Разновидности Йоги.
39. Фитнес как новое оздоровительное направление.
40. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников.
41. Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении здоровья детей.
42. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов.
43. Организационно методические основы занятий с людьми пожилого и старшего возраста.
44. Традиционные и нетрадиционные средства физической культуры в пожилом возрасте.
45. В соответствии с какими принципами осуществляется построение оздоровительной физической тренировки?
46. Какие основные методы используются в оздоровительной физической тренировке?
47. Особенность построения тренировочного процесса в оздоровительной тренировке для создания поддерживающего и тренировочного эффектов?
48. Какие принципы лежат в основе фитнес-тренинга?
49. Перечислите основные принципы оздоровительно-развивающей тренировки (ОРТ) в фитнесе.
50. Что означает феномен сверхнагрузки и следует ли его применять в ОРТ для детей и подростков?

Темы рефератов

1. Основы оздоровительной тренировки.

2. Профилактика остеохондроза средствами плавания (выбор возраста по желанию).

3. Производственная гимнастика как фактор оптимизации психофизического состояния и повышения работоспособности.

4. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.

5. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности.

6. Особенности построения оздоровительных занятий по гимнастике.

7. Основы построения оздоровительной тренировки.

8. Построения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.

9. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: аэробика.

10. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: ритмическая гимнастика.

11. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: калланетика.

12. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: гидроаэробика.

13. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: дыхательная гимнастика.

14. Физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста с ослабленным здоровьем.

15. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение.

16. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.

17. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения.

18. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство дошкольников.

19. Образование тренировочного эффекта в процессе оздоровления.

20. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
21. Оздоровительная система К.Купера.
22. Оздоровительные системы аэробной направленности.
23. Оздоровительная программа Н.М.Амосова.
24. Атлетическая гимнастика.
25. Оздоровительная система «Изотон».
26. Нетрадиционные оздоровительные системы. Разновидности Йоги.
27. Фитнес как новое оздоровительное направление.
28. Содержание физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений по охране физического, психического и социального здоровья дошкольников.
29. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья студентов.
30. Традиционные и нетрадиционные средства физической культуры в пожилом возрасте.
31. Система доктора Баха.
32. Система дыхания Бутейко.
33. Система Порфирия Иванова.
34. Русская здрава, Система Шаталовой.
35. Система Норбекова и Сам Чон До.
36. Система Каппо.
37. Медитативные упражнения в кунг-фу.
38. Макробиотика Дзен.
39. Система Ниши.

Решение ситуационных задач

Практическое задание №1: «Разработка оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста»

Преподаватель ставит цель и задачи, возраст и функциональное состояние человека и _____ дает задание студенту по составлению _____ системы занятий

оздоровительным бегом (на месяц). Студент должен объяснить, в чем будет заключаться ее оздоровительная направленность, определить режим нагрузки и обосновать оздоровительную направленность выполненного задания. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет оздоровительную программу на семинарском занятии.

Практическое задание №2: «Разработать новые формы организации и проведения занятий с дошкольниками»

Преподаватель ставит цель и задачи, возраст детей и дает задание студенту по составлению комплексов и упражнений. Студент должен составить комплексы упражнений и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Примерные комплексы:

- комплексы ОРУ с мячом по кинезиологии;
- вокально-двигательные упражнения;
- упражнения через средства музыкотерапии, имаготерапии;
- упражнения для развития сенсомоторики;
- занятия с элементами лечебной физкультуры.

Практическое задание №3: «Разработка проекта личного здоровьесбережения студента»

Преподаватель ставит цель и задачи для разработки проекта. В проект должны входить следующие понятия: здоровый образ жизни, рациональное питание, занятия физической культурой и спортом, рациональный режим дня (учеба, активный отдых и сон), соблюдение гигиены. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет свой проект на семинарском занятии.

Практическое задание №4: «Разработка физкультурно-оздоровительных методик и систем»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению физкультурно-оздоровительных методик и систем. Студент должен составить методику или систему и объяснить, в чем будет заключаться их

оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет разработку физкультурно-оздоровительных методик и систем на семинарском занятии. Примерные методики и системы:

- аэробика;
- ритмическая гимнастика;
- шейпинг;
- калланетика;
- гидроаэробика;
- дыхательная гимнастика.

Практическое задание №5: «Разработка программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности на семинарском занятии.

Практическое задание №6: «Разработка программы по оздоровительному фитнесу»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по оздоровительному фитнесу. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по оздоровительному фитнесу на семинарском занятии.

Практическое задание №7: «Разработка программы по структуре оздоровительных программ у студентов»

Преподаватель ставит цель и задачи, пол, возраст занимающихся (групповое или индивидуальное занятие) и дает задание студенту по составлению программы по структуре оздоровительных программ у студентов. Студент должен составить программу и объяснить, в чем будет заключаться их оздоровительная направленность. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и представляет программу по структуре оздоровительных программ у студентов на семинарском занятии.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Основы физической реабилитации : учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 329 с. : ил.<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640959>

2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279276>

3. Воронов И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта М-ва образования и науки РФ /И.А. Воровнов. - СПб.: [Изд-во С.-Петерб. гос. ун-т профсоюзов], 2007. - 139 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=21638&DocQuerID=11528653&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Здоровый образ жизни: практикум для студентов мед. и физкультур.-

спортив. высш. учеб. заведений /В.М. Глиненко [и др.]; ГОУ ВПО Моск. Гос. Мед. - стоматолог. Ун-т РОСЗДРАВА. - М.: [МГМСУ], 2010. - 209 с.: табл.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=201598&DocQuerID=11528667&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=201598&DocQuerID=11528667&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=201598&DocQuerID=11528667&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Советова Е.В. Оздоровительные технологии в школе /Е.В. Советова. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 285 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=145794&DocQuerID=11528685&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=145794&DocQuerID=11528685&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=145794&DocQuerID=11528685&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=145794&DocQuerID=11528685&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Столяров В.И. Спартианская социально-педагогическая технология оздоровления, рекреации и целостного развития личности: пособие для педагогов учреждений соц. защиты населения и организаторов досуга детей и молодежи /В.И. Столяров; АНО "Центр развития спартиан. культуры. - М., 2006.

- 247 с.м [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195018&DocQuerID=11528686&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=195018&DocQuerID=11528686&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195018&DocQuerID=11528686&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195018&DocQuerID=11528686&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

7. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. для образоват. учреждений высш. проф.

образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 49.03.02, 49.04.02 : рек. Умо вузов РФ по образованию / [авт.-сост.: О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев] ; под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Спорт, 2016. - 384 с.: рис.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=252751&DocQuerID=11528687&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=252751&DocQuerID=11528687&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=252751&DocQuerID=11528687&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Иванов А.А. Технология самооздоровления студента - спортсмена в связи с состоянием предболезни: монография /А.А. Иванов. - М.: ИПИ ТИП-С, 2012. - 213 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=251058&DocQuerID=11528688&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=251058&DocQuerID=11528688&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=251058&DocQuerID=11528688&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Калакаускене Л.М. Ушу и цигун как здоровьесформирующие

технологии в физическом воспитании: [монография] / Калакаускене Л.М.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Чайк. гос. ин-т физ. культуры. - Чайковский: [ЧГИФК], 2007. - 154 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=191577&DocQuerID=11528689&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3. Модернизация физического воспитания в общеобразовательной школе /[В.И. Столяров [и др.]]. - М.: Теория и практика физ. культуры и спорта, 2009. - 319 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=61601&DocQuerID=11528691&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры /Селуянов Виктор Николаевич. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 169 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=101242&DocQuerID=11528692&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Столяров В.И. Современная система физического воспитания: (понятие, структура, методы): монография /В.И. Столяров; Спартиан. Гуманитар. Центр, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. - Саратов: Наука, 2013. - 303 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=227922&DocQuerID=11528693&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

6. Теоретико-методические основы оздоровительных технологий для студентов вузов: монография /К.Г. Томилин [и др.]; Федер. агентство по образованию [и др.]. - Сочи: СГУТиКД, 2010. - 210 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=221820&DocQuerID=11528696&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

7. Физкультурно-оздоровительные технологии: курс лекций: [пособие предназначено для студентов специальности] 032101 /[сост. И.А. Ивко]; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики физкультур.-оздоровит. работы. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2009. - 149 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=221862&DocQuerID=11528699&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=221862&DocQuerID=11528699&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. https://rusneb.ru/catalog/005664_000048_RU_RGPU_BIBL_261748615/

<https://search.rsl.ru/ru/record/01004022697>

Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере: Учебно-методический комплекс. СПб: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена

2. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.
3. Теория и практика физической культуры: Журнал
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал
[НТТР://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)
5. Физкультура и спорт: Журнал <https://fis1922.ru/tekushchij.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

[Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

[Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)

Режим доступа: свободный

[Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)

Режим доступа: свободный

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

Режим доступа: свободный

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

Министерство спорта Российской Федерации - <https://www.minsport.gov.ru/>

[Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

Режим доступа: свободный

[Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- монитор
- ноутбук
- наглядные пособия

Для проведения занятий необходим мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Оздоровительные технологии в Физической реабилитации»
для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
3 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)» профилю «Адаптивное физическое
воспитание» очная, заочная формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им.
И.М. Саркизов-Серазини
Сроки изучения дисциплины: 6 семестр очная, 6 семестр заочная форма обучения
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос на семинарах по темам	В течение семестра	4
2	Выполнение практического задания №1: «Разработка оздоровительных программ для лиц пожилого и старшего возраста»	26	4
3	Выполнение практического задания №2: «Разработать новые формы организации и проведения занятий с дошкольниками» - комплексы ОРУ с мячом по кинезиологии; - вокально-двигательные упражнения; - упражнения через средства музыкотерапии, имаготерапии; - упражнения для развития сенсомоторики; - занятия с элементами лечебной физкультуры	27	4
4	Выполнение практического задания №3: «Разработка проекта личного здоровьесбережения студента»	28	4
	Выполнение практического задания №4: «Разработка физкультурно-оздоровительных методик и систем аэробики»		

5	- ритмическая гимнастика; - шейпинг; - калланетика; - гидроаэробика; - дыхательная гимнастика.	29	4
6	Выполнение практического задания №5: «Разработка программы по гимнастике оздоровительно-кондиционной направленности»	29	4
7	Выполнение практического задания №6: Разработка программы по оздоровительному фитнесу»	30	4
8	Выполнение практического задания №7: «Разработка программы по структуре оздоровительных программ у студентов»	31	4
9	Тестирование	33	10
10	Доклад и презентация по выбранной теме	31-34	6
11	Написание реферата по выбранной теме	31-34	5
12	Посещение занятий	В течение семестра	27
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по пропущенным темам	10
2	Выполнение практических заданий	5
3	Написание реферата по пропущенным темам	10
4	Презентация по пропущенным темам	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ДВ.01.01 Оздоровительные технологии в физической
реабилитации»**

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

профиль:
Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная, заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. **Общая трудоемкость дисциплин** составляет 108 часов – 3 зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма).

3. **Цель освоения дисциплины:** освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области оздоровительных технологий в условиях современного общества и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности. Данный раздел программы посвящен использованию средств оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения, умению оценить состояние здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой, сформировать у студентов понимание, сути, задач принципов оздоровительной физической культуры на примере самостоятельно выбранной оздоровительной системы.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и	6		6

средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;

- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

	различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часа.**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры	6	4	4	10		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21 века	6	2	2	4		
3	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	2	2	6		
4	II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик	6	4	8	16		
5	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6	2	4	6		
6	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6	2	2	6		
7	2.3. Оздоровительный фитнес	6		2	4		
8	III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных	6	6	18	20		

	контингентов населения						
9	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6	2	6	4		
10	3.2. Развивающая педагогика оздоровления	6		2	4		
11	3.3. Основные направления здоровьесбережения студентов	6	2	2	4		
12	3.4. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6		4	4		
13	3.5. Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6	2	4	4		
14	IV. Контроль в оздоровительной гимнастике	6	4	6	8		
15	4.1. Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6	2	4	4		
16	4.2. Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6	2	2	4		
17							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Научно-методические основы оздоровительной физической культуры	6	2		14		
2	1.1. Проблема здоровья человека 21	6	1		6		

	века						
3	1.2. Ведущие факторы, влияющие на здоровье человека	6	1		8		
4	II. Характеристика оздоровительных систем, технологий, методик	6		2	22		
5	2.1. Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности	6			8		
6	2.2. Методика оздоровительной гимнастики	6		1	8		
7	2.3. Оздоровительный фитнес	6		1	6		
8	III. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения	6		4	48		
9	3.1. Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее пространство в образовательно-воспитательном процессе	6		1	10		
10	3.2. Развивающая педагогика оздоровления	6		1	8		
11	3.3. Основные направления здоровьесбережения студентов	6		1	10		
12	3.4. Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности	6			10		
13	3.5. Оздоровительная физическая культура в жизни людей пожилого и старшего поколения	6		1	10		
14	IV. Контроль в оздоровительной гимнастике	6		2	14		
15	4.1. Особенности построения занятий, направленных на профилактику и коррекцию основных отклонений в состоянии здоровья у детей дошкольного и школьного возраста	6		1	8		
16	4.2. Агитационно-пропагандистские формы оздоровления людей	6		1	6		
17							Зачет
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль) : Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины(модуля)обновлена
на основании решения заседаниякафедры
Теории и методики адаптивной физическойкультуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины(модуля)обновлена
на основании решения заседаниякафедры
Теории и методики адаптивной физическойкультуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составители:

Рубцова Наталия Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор, заведующая
кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВПО
«РГУФКСМиТ».

Громова Ольга Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории
и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» предшествует изучению следующих дисциплин:

Освоение дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» взаимосвязана с дисциплинами:

- базовой части «Психология и педагогика», «Частная патология», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Специальная педагогика»;
- модуля профильных дисциплин: «Технологии АФВ лиц с нарушениями психического развития», «Технологии АФВ лиц с сенсорными нарушениями», «Технологии АФВ лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата» и «Оздоровительные технологии в реабилитации».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической			

	культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохраненных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.	6		6

	ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологиях.	6	2	4	8		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебновоспитательной работы	6	2	4	8		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствии педагогических программ уровню	6	2	4	8		

	психофизиологического развития ребенка						
4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6	2	4	8		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6	2	4	8		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6	2	4	8		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6	4	6	4		
8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	2	6	2		
							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологий.	6	1		10		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6		2	10		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	6			10		

4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6			10		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6		2	10		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6		2	10		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6		1	20		
8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	1	1	18		
							Зачет
Итого часов:108			2	8	98		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии».

(Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Здоровьесберегающие технологии».

Примерная тематика контрольных работ и рефератов

1. Понятие здоровья и его связь с различными компонентами здоровья.
2. Современное состояние здоровья населения России.
3. Факторы внешней среды, влияющие на состояние здоровья человека.
4. Двигательная активность в раннем возрасте.
5. Занятия физическими упражнениями в зрелом и пожилом возрасте.
6. Питание как средство оздоровления организма.
7. Иммунная система и ее роль в обеспечении укрепления здоровья.
8. Закаливание как фактор оздоровления организма человека.
9. Паровая баня в системе оздоровления организма человека.
10. Организация физкультурно-оздоровительной работы в системе массового и специального образования.

Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины

1. Образ жизни и здоровье. Критерии здоровья человека.
2. Понятие о здоровом образе жизни.
3. Компоненты здорового образа жизни и их характеристика.
4. Понятие о наследственной и врожденной патологии.
5. Экологические факторы здоровья и наследственность.
6. Роль двигательной активности в биологической эволюции.
7. Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье.
8. Роль двигательной активности в реализации индивидуальной генетической программы.
9. Двигательная активность и продолжительность жизни.
10. Особенности двигательной активности в различных возрастных периодах.
11. Роль двигательной активности в становлении психофизических функций ребенка.
12. Роль и место двигательной активности в жизни школьника.
13. Механизмы физической и химической терморегуляции.
14. Факторы, провоцирующие переохлаждение организма.
15. Принципы и средства закаливания. Особенности адаптации к высокой температуре окружающей среды.
16. Роль двигательной активности в предупреждении простуд.
17. Наиболее популярные школы питания.
18. Углеводы как продукт питания.
19. Роль клетчатки как продукта питания.
20. Жиры как незаменимые факторы питания.
21. Требования к белковому компоненту питания.
22. Деление пищевых белков на полноценные и неполноценные.
23. Требования к витаминно-минеральному компоненту питания.
24. Температурная обстановка и работоспособность (умственная и физическая).
25. Понятие о рациональной организации жизнедеятельности.
26. Физиологические и психологические механизмы утомления и усталости при умственной работе.
27. Механизмы активизации восстановления при умственном утомлении.
28. Понятие об активном отдыхе и его механизмах.
29. Средства предупреждения раннего умственного утомления.
30. Рациональная организация жизнедеятельности школьника.
31. Рациональная организация жизнедеятельности студента.
32. Организация свободного времени работника умственного труда (школьника, студента, учителя).

Контрольные вопросы для самопроверки знаний

1. Понятие здоровья человека.
2. Понятие здорового образа жизни.
3. Факторы риска, влияющие на здоровье человека.
4. Факторы внешней среды, оказывающие влияние на здоровье человека.

5. Влияние наследственных факторов на состояние здоровья.
6. Наиболее популярные школы питания.
7. Углеводы как продукт питания.
8. Роль клетчатки как продукта питания.
9. Жиры как незаменимые факторы питания.
10. Требования к белковому компоненту питания.
11. Деление пищевых белков на полноценные и неполноценные.
12. Требования к витаминно-минеральному компоненту питания.
13. Понятие закаливания, основные средства закаливания.
14. Механизмы повышения устойчивости организма к холодовому воздействию.
15. Оптимальные сочетания закаливания и мышечной работы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины(модуля).

а) Основная литература:

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 282 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/513369>
2. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для среднего профессионального образования / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 207 с. — (Профессиональное образование). <https://urait.ru/bcode/518918>
3. Баевский Р.М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. – М.: Медицина, 1979. – 296с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=29333&DocQuerID=11528754&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Дополнительная литература:

4. Меерсон, Ф.З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам / Меерсон Феликс Залманович, Пшенникова Мая Григорьевна. - М.: Медицина, 1988. - 253 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=40231&DocQuerID=11528790&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Дмитриев, В. К формированию отечественной системы адаптивного физического воспитания и спорта инвалидов // Человек в мире спорта : Новые идеи, технологии, перспективы : Тез. докл. Междунар. конгр. - М., 1998. - Т. 2. - С. 526-527.
URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts.idc?DocID=99198](http://lib.sportedu.ru/Texts.idc?DocID=99198)

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=99198&DocQuerID=11528814&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=
20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=99198&DocQuerID=11528814&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Чусов Ю.Н. Закаливание школьников. – М.: Просвещение, 1985.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=72697&DocQuerID=11528770&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&C
d=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72697&DocQuerID=11528770&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
7. Чусов, Ю.Н. Особенности закаливания спортсменов / Чусов Юрий Николаевич. - М.: ФиС, 1987. - 95 с.: ил., табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=72699&DocQuerID=11528771&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&C
d=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=72699&DocQuerID=11528771&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) *Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Медицинская информационная сеть – информационная система (medicinform.net)
Режим доступа: свободный
2. Министерство спорта Российской Федерации - <https://www.minsport.gov.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)

2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
2. [Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)
3. [Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)
4. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
5. Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система (medelement.com)
6. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)
3. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» при освоении ООП ВПО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая

проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, предусмотренных учебным планом вуза и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Перечень необходимого материально-технического обеспечения для успешного формирования знаний по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии» включает в себя современную лабораторию с приборами, позволяющими оценивать морфо-функциональное состояние организма (показатели дыхания, динамометрию, гониометрию и др.) стенды и оборудование, спортивные залы, обеспечивающие изучение технологических процессов в соответствии с реализуемой вузом основной образовательной программой и изучаемой дисциплиной, а также базовую кафедру с соответствующим инвентарём и оборудованием.

Зал адаптивной физической культуры	Лаборатория адаптивной физической культуры
функциональные тренажёрные аппараты	тонометры
силовая станция	спирометр
фитболы	манометры сердечного ритма
гантели	динамометр кистевой
утяжелители	динамометр становой
гимнастические коврики	калиперометр
степ-платформы	
звуковые мячи	
гимнастическая лестница	

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Здоровьесберегающие технологии» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»

направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание очной, заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Число баллов
1	Выполнение практического задания	22-я неделя	12
2	Выполнение практического задания	24-я неделя	20
3	Выполнение практического задания	32-я неделя	20
4	Выполнение практического задания	8-39-я недели	20
5	Посещение занятий	Весь период	$0,5 \cdot 36 = 18$
6	Сдача зачета		10
ИТОГО		100 баллов	

Заочная форма

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1	Выполнение практического задания	12
2	Выполнение практического задания	20

3	Выполнение практического задания	20
4	Выполнение практического задания	20
5	Посещение занятий	$0,5 \cdot 36 = 18$
6	Сдача зачета	10
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1.	Реферат	10
2.	Презентация	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся
зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль) : Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единиц**, 108 **академических часов**

2.**Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 6 семестр для очной формы обучения и 6 семестр для заочной формы обучения.

3.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.ДВ.01.02 Здоровьесберегающие технологии» является формирование у студентов системы теоретических знаний и практических навыков по организации учебно-воспитательной работы, способствующей сохранению и восстановлению здоровья у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	6		6

занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;
- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнo-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной

физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологий.	6	2	4	8		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6	2	4	8		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствии педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	6	2	4	8		
4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6	2	4	8		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6	2	4	8		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6	2	4	8		
7.	Организация физкультурно-	6	4	6	4		

	оздоровительной работы в образовательных учреждениях						
8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	2	6	2		
							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Понятие здоровьесберегающих технологий.	6	1		10		
2	Санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к организации учебно-воспитательной работы	6		2	10		
3.	Особенности психофизиологического развития ребенка и соответствие педагогических программ уровню психофизиологического развития ребенка	6			10		
4.	Место и роль закаливания в развитии ребенка	6			10		
5	Особенности питания, как важного фактора поддержания здоровья.	6		2	10		
6	Здоровый образ жизни как основной фактор сохранения здоровья.	6		2	10		
7.	Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях	6		1	20		

8.	Планирование и организация рациональной жизнедеятельности школьников и студентов.	6	1	1	18		
							Зачет
Итого часов:108			2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.ДВ.01.03 МАССАЖ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

профиль:

Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № от «» 20 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Физической реабилитации, массажа и
оздоровительной физической культуры
им. И.М. Саркизова-Серазини

Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Власова Наталья Анатольевна кандидат педагогических наук, доцент – доцент
кафедры Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры
РГУФКСМиТ;

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна кандидат медицинских наук, доцент – доцент
кафедры Спортивной медицины РГУФКСМиТ;

1. Цель освоения дисциплины

Сформировать у студентов, обучающихся по направлению подготовки: «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа у детей и подростков с лечебной и лечебно-профилактической целями. На этой основе научить их навыкам использования частных методик массажа у детей и подростков в физической реабилитации и адаптации больных и инвалидов.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

На основе полученных знаний по дисциплинам «Классический массаж» и «Частные методики лечебного массажа» на III курсе, изучается дисциплина по выбору «Массаж у детей и подростков».

Знание особенностей массажа в детском и подростковом возрасте занимает важное место в профессионально-педагогической подготовке специалистов по адаптивной физической культуре. Массаж в комплексе с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими физическими процедурами в период заболевания, во время функциональных патологических состояний организма при врожденных и перенесенных заболеваниях, а также во время восстановления здоровья, играет основную роль в физической реабилитации и адаптации детей к повседневной жизни.

Для изучения курса дисциплины по выбору «Массаж у детей и подростков» необходимо иметь знания по следующим дисциплинам: анатомия, морфология, физиология, антропология, биология, биомеханика, биохимия, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина и ЛФК, а также дисциплинам в рамках общей специальности: общая патология, частная патология и комплексная реабилитация больных и инвалидов.

С целью поддержания уровня освоения учебного материала вводятся семинарские занятия с опросом студентов, занятия по работе с дополнительной литературой.

Основной задачей дисциплины являются теоретико-практическое освоение студентами частных методик массажа у детей и подростков при

врожденных и перенесенных заболеваниях, в связи с этим большая часть учебного времени отводится на практические занятия, т.е. отработку техники приемов и частных методик массажа у детей и подростков.

Студенты, зная технику и методику классического массажа, разновидности сегментарно-рефлекторного массажа, а также частные методики лечебного массажа осваивают особенности техники и методики массажа у детей и подростков при различных заболеваниях. Практические занятия проводятся в специально оборудованной массажной аудитории.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателя по теоретическим основам массажа и практическим навыкам по детскому массажу. Проверка самостоятельной работы студентов осуществляется во время консультаций и собеседований.

Пропущенные практические занятия независимо от причины пропуска, студенты отрабатывают в сроки, установленные преподавателем. Зачет включает вопросы по теоретическим основам массажа и практическую демонстрацию техники и методики частных сеансов массажа у детей и подростков при различных заболеваниях.

Учебная программа «Массаж у детей и подростков» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам (108 часов). Для дневной формы обучения: 18 часов – лекции, 36 часов – аудиторные (практические) занятия и 54 часа самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического	6		6

воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Введение. Общие основы массажа у детей	6	4	6	12		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6	2		4		
3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6	2	4	4		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6		2	4		
5	II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет	6	4	6	14		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6	2	2	4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		2	6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6	2	2	4		
9	III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата	6	4	10	10		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6	2	2	2		

11	3.2. Массаж при варусной установке стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		2	2		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6	2	2	2		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6		4	4		
14	IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2	4	6		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6	2	2	4		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		2	2		
17	V. Массаж при заболеваниях органов дыхания	6	2	4	6		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		2	2		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6	2	2	4		
20	VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	6	2	6	6		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6	2	4	4		
22	6.2. Массаж при миопатии	6		2	2		
23							зачет
Итого часов: 108			18	36	54		зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Введение. Общие основы массажа у детей	6	2		20		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6	1		8		

3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6	1		6		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6			6		
5	II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет	6		2	16		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6		1	4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		0,5	6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6		0,5	6		
9	III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата	6		2	22		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6		1	4		
11	3.2. Массаж при варусной установки стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		0,5	6		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6		0,5	6		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6			6		
14	IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6		2	14		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6		1	8		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		1	6		
17	V. Массаж при заболеваниях органов дыхания	6		2	16		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		0,5	8		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6		0,5	8		
20	VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	6		0,5	10		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6		0,5	6		
22	6.2. Массаж при миопатии	6			4		
23							зачет
Итого часов: 108			2	8	98		зачет

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.

1. Введение. Общие основы массажа у детей;
2. Лечебный массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет;
3. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата у детей;
4. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у детей;
5. Массаж при заболеваниях органов дыхания у детей;
6. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы у детей.

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ. ОБЩИЕ ОСНОВЫ МАССАЖА У ДЕТЕЙ.

Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Правила выполнения массажа детей. Особенности техники и методики выполнения массажа в детском возрасте. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления. Показания и противопоказания к назначению массажа у детей и подростков. Гигиенические требования к проведению массажа у детей и подростков.

1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды

Анатомо-физиологическая характеристика развития детского организма. Особенности физического и психо-эмоционального развития ребенка. Классификация детского возраста (периоды взросления и созревания): I период – период новорожденности от рождения до 10 дней; II период – грудной возраст от 10 дней до 1 года; III период – раннее детство от 1 года до 3-х лет; IV период – первое детство от 4-х до 7 лет; V период – второе детство: мальчики от 8 до 12 лет, девочки от 8 до 11 лет; VI период – подростковый возраст: мальчики от 13 до 16 лет, девочки от 12 до 15 лет; VII период – юношеский возраст: юноши от 17 до 21 года, девушки от 16 до 20 лет.

1.2. Массаж и гимнастика для здорового ребенка от 1-го месяца до года

Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 1-го до 3-х месяцев. Цели и задачи массажа. Рефлекторные упражнения. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 1-го до 3-х месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 3-х до 4-х месяцев. Цели и задачи массажа. Рефлекторные упражнения. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 3-х до 4-х месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 4-х до 6-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 4-х до 6-ти месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 6-ти до 9-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа ребенка от 6-ти до 9-ти месяцев. Краткая характеристика умений и навыков ребенка от 9-ти до 12-ти месяцев. Цели и задачи массажа. Примерный комплекс гимнастики и массажа от 9-ти до 12-ти месяцев.

1.3. Массаж и гимнастика для здорового ребенка от года до трех лет

Краткая характеристика умений и навыков детей в возрасте от года до трех лет. Цели и задачи массажа детей в возрасте от года до трех лет. Методика массажа здоровых детей в возрасте от года до трех лет. Сочетание массажа и гимнастики у детей в возрасте от года до трех лет. Особенности методики массажа здоровых детей в возрасте от года до трех лет.

РАЗДЕЛ 2. ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ И ГИМНАСТИКА С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ ОДНОГО МЕСЯЦА ДО ТРЕХ ЛЕТ.

2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее

Этиология и симптомы при врожденной мышечной кривошее. Степени тяжести врожденной мышечной кривошеи. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденной мышечной кривошее. Особенности методики массажа при врожденной мышечной кривошее. Массаж при консервативном и оперативном методах лечения. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка. Массаж в сочетании с лечебной физической культурой.

Примерный комплекс массажа, гимнастики и лечебной физической

культуры.

2.2. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава

Этиология и симптомы при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава. Особенности методики массажа при консервативном методе лечения заболевания. Особенности методики массажа при оперативном методе лечения в разные периоды реабилитации. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка. Лечебная физическая культура при консервативном и оперативном методах лечения. Сочетание массажа, гимнастики, лечебной физической культуры и физиотерапии при врожденном вывихе бедра и дисплазии тазобедренного сустава.

Примерный комплекс массажа, лечебной физической культуры и гимнастики.

2.3. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости

Этиология и симптомы при врожденной косолапости. Лечение положением. Цели и задачи массажа при врожденной косолапости. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных навыков ребенка при врожденной косолапости. Особенности методики лечебного массажа при консервативном и оперативном методах лечения. Лечебная физическая культура при врожденной косолапости. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при врожденной косолапости.

Примерный комплекс массажа, лечебной физической культуры и гимнастики.

2.4. Массаж и гимнастика при гипотрофии и рахите

Этиология и симптомы при гипотрофии. Виды гипотрофии. Степени гипотрофии. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при гипотрофии. Цели и задачи массажа при гипотрофии. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей уровню развития двигательных

навыков ребенка. Особенности методики лечебного массажа в зависимости от вида и степени заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культурой при гипотрофии.

Этиология и симптомы при рахите. Степени рахита. Периоды заболевания: начальный период, период разгара, период восстановления и период остаточных явлений рахита. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при рахите. Цели и задачи массажа при рахите. Массаж в сочетании с гимнастикой, соответствующей урону развития двигательных навыков ребенка при рахите. Особенности методики лечебного массажа в различных периодах заболевания. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при рахите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при гипотрофии и рахите.

2.5. Массаж и гимнастика у недоношенных детей

Степени (группы) зрелости недоношенности детей. Лечение положением. Рефлекторные упражнения. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре у недоношенных детей. Правила выполнения массажа, дозировка массажа и лечебной физической культуры у недоношенных детей. Цели и задачи массажа у недоношенных детей. Особенности методики массажа для различных групп зрелости. Массаж и гимнастика, соответствующая уровню развития двигательных навыков у недоношенных детей. Сочетание массажа с лечебной физической культурой у недоношенных детей.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики у недоношенных детей.

2.6. Массаж и гимнастика при гипертонусе мышц

Оценка мышечного тонуса ребенка. Цели и задачи массажа при мышечном гипертонусе. Сочетание массажа и гимнастики, соответствующей уровню развития двигательных навыков у детей. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующие общему расслаблению мышц тела ребенка при гипертонусе мышц. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц-сгибателей

верхних конечностей, развитию хватательной и опорной функции у детей при гипертонусе мышц. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц нижних конечностей, развитию опорной функции стоп при гипертонусе мышц. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при гипертонусе мышц у детей.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при гипертонусе мышц.

РАЗДЕЛ 3. МАССАЖ ПРИ НЕКОТОРЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И НАРУШЕНИЯХ РАЗВИТИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У ДЕТЕЙ.

3.1. Массаж при плоскостопии

Причины возникновения и симптомы заболевания. Профилактика плоскостопия. Средства предупреждения при плоскостопии. Особенности детской стопы. Виды плоскостопия. Степени плоскостопия. Цели и задачи массажа при плоскостопии. Особенности методики массажа при плоскостопии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при плоскостопии.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плоскостопии.

3.2. Массаж при варусной установки стоп

Причины возникновения и симптомы при варусной установки стоп. Цели и задачи массажа при варусной установки стоп. Особенности методики массажа при варусной установке стоп. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при варусной установке стоп.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при варусной установке стоп.

3.3. Массаж при нестабильности голеностопного сустава

Причины возникновения и симптомы при нестабильности голеностопного сустава. Цели и задачи массажа при нестабильности голеностопного сустава. Особенности методики массажа при нестабильности голеностопного сустава. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при нестабильности

голеностопного сустава.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при нестабильности голеностопного сустава.

3.4. Массаж при вальгусной (х-образной) деформации ног

Причины возникновения и симптомы при вальгусной деформации ног. Профилактика заболевания. Цели и задачи массажа при вальгусной деформации ног. Особенности методики массажа при вальгусной деформации ног. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при вальгусной деформации ног.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при вальгусной деформации ног.

3.5. Массаж при варусной (о-образной) деформации ног

Причины возникновения и симптомы при варусной деформации ног. Профилактика заболевания. Цели и задачи массажа при варусной деформации ног. Особенности методики массажа при варусной деформации ног. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при варусной деформации ног.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при варусной деформации ног.

3.6. Массаж при нарушениях осанки

Понятие об осанке. Факторы, определяющие осанку. Методика определения правильной осанки. Определение подвижности позвоночника, силы и выносливости мышц. Степени и виды нарушения осанки. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, физических упражнений и физиотерапии при нарушениях осанки. Профилактика нарушений осанки.

3.6.1. Массаж при вялой осанке

Причины заболевания. Признаки вялой спины. Методика определения вялой осанки. Цели и задачи массажа при вялой осанке. Особенности методики массажа при вялой осанке. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при вялой осанке. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при вялой осанке.

3.6.2. Массаж при плоской спине

Причины заболевания. Признаки плоской спины. Методика определения плоской спины. Цели и задачи массажа при плоской спине. Особенности методика массажа при плоской спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плоской спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плоской спине.

3.6.3. Массаж при плосковогнутой спине

Причины заболевания. Признаки плосковогнутой спины. Методика определения плосковогнутой спины. Цели и задачи массажа при плосковогнутой спине. Особенности методики массажа при плосковогнутой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плосковогнутой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при плосковогнутой спине.

3.6.4. Массаж при сутулой и круглой спине (тотальная спина и грудной кифоз)

Причины заболевания. Признаки сутулой и круглой спины. Методика определения сутулой и круглой спины. Цели и задачи массажа при сутулой и круглой спине. Особенности методики массажа при сутулой и круглой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при сутулой и круглой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при сутулой и круглой спине.

3.6.5. Массаж при кругловогнутой спине

Причины заболевания. Признаки кругловогнутой спины. Методика определения кругловогнутой спины. Цели и задачи массажа при кругловогнутой спине. Особенности методики массажа при кругловогнутой спине. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при кругловогнутой спине. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при кругловогнутой спине.

3.6.6. Массаж при нарушениях осанки во фронтальной плоскости

Причины заболевания. Признаки нарушения осанки во фронтальной плоскости. Методика определения осанки во фронтальной плоскости. Цели и задачи массажа при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Особенности методики массажа. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и физиотерапией при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при нарушении осанки во фронтальной плоскости.

3.7. Массаж при сколиозах

Причины и симптомы заболевания. Классификация сколиозов по группам. Классификация сколиозов по степени заболевания, форме искривления и признаках сложности. Методика определения сколиозов. Цели и задачи массажа при сколиозах. Особенности методики массажа в зависимости от степени, форме искривления и признаках сложности сколиоза. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при сколиозах. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при сколиозах.

РАЗДЕЛ 4. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У ДЕТЕЙ.

4.1. Массаж при ревматизме

Этиология и симптомы заболевания. Периоды реабилитации при ревматизме. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при ревматизме. Цели и задачи массажа при ревматизме. Особенности методики массажа в разные периоды реабилитации заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при ревматизме. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при ревматизме.

4.2. Массаж при миокардите

Этиология и симптомы заболевания. Показания и противопоказания к

массажу и лечебной физической культуре при миокардите. Цели и задачи массажа при миокардите. Особенности методики массажа при миокардите. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при миокардите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при миокардите.

4.3. Массаж при врожденных пороках сердца

Этиология и симптомы заболевания. Виды врожденных пороков сердца. Цели и задачи массажа при врожденных пороках сердца. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при врожденных пороках сердца. Особенности методики массажа при консервативном и оперативном лечении. Особенности методики массажа при различных видах врожденных пороков сердца. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при врожденных пороках сердца.

4.4. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца

Причины функциональных нарушений в работе сердца. Показания и противопоказания к массажу и лечебной физической культуре при функциональных нарушениях в работе сердца. Цели и задачи массажа. Особенности методики массажа при функциональных нарушениях в работе сердца. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при функциональных нарушениях в работе сердца.

РАЗДЕЛ 5. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ.

5.1. Массаж при бронхите

Этиология и симптомы при бронхите. Формы бронхита у детей. Лечение положением. Показания и противопоказания к массажу при бронхите. Цели и задачи массажа при бронхите. Особенности методики массажа при различных формах заболевания. Сочетание массажа, дыхательных упражнений, лечебной

физической культуры и физиотерапии при бронхите. Профилактика заболевания.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при бронхите.

5.2. Массаж при хроническом (рецидивирующем) бронхите

Причины заболевания. Показания и противопоказания к массажу при хроническом бронхите. Цели и задачи массажа при хроническом бронхите. Особенности методики массажа при хроническом бронхите. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и дыхательных упражнений при хроническом бронхите.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при хроническом бронхите.

5.3. Массаж при пневмонии

Этиология и симптомы заболевания. Формы пневмонии. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи при пневмонии. Особенности методики массажа при разных формах пневмонии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, дыхательных упражнений и физиотерапии при пневмонии.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при пневмонии.

5.4. Массаж при бронхиальной астме

Этиология, факторы и симптомы заболевания. Периоды бронхиальной астмы. Стадии и степени тяжести бронхиальной астмы. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при бронхиальной астме. Особенности методики массажа на разных стадиях и степенях тяжести при бронхиальной астме. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями, лечебной физической культурой и физиотерапией.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при бронхиальной астме.

РАЗДЕЛ 6. МАССАЖ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ПОВРЕЖДЕНИЯХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)

Этиология и симптомы заболевания. Клинические формы детского церебрального паралича. Периоды восстановления двигательной активности при детском церебральном параличе. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при детском церебральном параличе. Особенности методики массажа в разные периоды восстановления. Особенности методики массажа в период остаточных явлений. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при детском церебральном параличе.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при детском церебральном параличе.

6.2. Массаж при миопатии

Этиология и симптомы при миопатии. Классификация по характеру течения заболевания. Формы миопатии. Морфологические изменения при различных формах миопатии. Показания и противопоказания к массажу. Цели и задачи массажа при миопатии. Особенности методики массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и общеразвивающими упражнениями.

Примерный комплекс массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при миопатии.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Цели и задачи.
2. Правила выполнения массажа у детей и подростков.

3. Показания и противопоказания к массажу у детей.
4. Гигиенические требования к проведению массажа у детей.
5. Особенности техники и методики массажа у детей.
6. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления.
7. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
8. Особенности физического развития детей.
9. Анатомо-физиологические особенности развития нервной системы ребенка.
10. Анатомо-физиологические особенности кожи и подкожно-жировой клетчатки ребенка.
11. Анатомо-физиологические особенности развития костно-мышечной системы.
12. Анатомо-физиологические особенности развития сердечно-сосудистой системы.
13. Анатомо-физиологические особенности системы крови.
14. Анатомо-физиологические особенности развития органов дыхания.
15. Анатомо-физиологические особенности развития органов пищеварения.
16. Анатомо-физиологические особенности развития эндокринной системы.
17. Возрастная периодизация, т.е. классификация детского возраста.
18. Характеристика периода новорожденности (с рождения до 10 дней).
19. Характеристика грудного возраста (10 дней – 1 год).
20. Характеристика периода раннего детства (1 – 3 года).
21. Характеристика периода первое детство (4 – 7 лет).
22. Характеристика периода второе детство (8-12 лет).
23. Характеристика подросткового возраста (13 – 16 лет).
24. Характеристика периода юношеский возраст (17 – 21 год).
25. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
26. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 1 до 3 месяцев.
27. Рефлекторные упражнения и их сочетание с массажем.
28. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 1 до 3 месяцев.

29. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 3 до 4 месяцев.
30. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 3 до 4 месяцев.
31. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 4 до 6 месяцев.
32. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 4 до 6 месяцев.
33. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 6 до 9 месяцев.
34. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 6 до 9 месяцев.
35. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 9 до 12 месяцев.
36. Особенности массаж и гимнастики в возрасте от 9 до 12 месяцев.
37. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики для каждой возрастной группы.
38. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет.
39. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
40. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
41. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее.
42. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденной мышечной кривошее.
43. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
44. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
45. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости.
46. Особенности методики лечебного массажа при консервативном и оперативном методах лечения при врожденной косолапости.
47. Массаж и гимнастика при пупочной грыже.
48. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии.
49. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
50. Особенности методики массажа для различных групп зрелости у недоношенных детей.
51. Особенности методики лечебного массажа в различных периодах

заболевания при рахите.

52. Массаж при мышечном гипертонусе.

53. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующие общему расслаблению мышц тела ребенка при гипертонусе мышц.

54. Особенности методики массажа и лечебной физической культуры, способствующей расслаблению мышц-сгибателей верхних конечностей, развитию хватательной и опорной функции у детей при гипертонусе мышц.

55. Составить примерный комплекс массажа и гимнастики для каждого заболевания.

56. Особенности методики массажа при плоскостопии. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при плоскостопии.

57. Особенности методики массажа при варусной установке стоп. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при варусной установке стоп.

58. Особенности методики массажа при нестабильности голеностопного сустава. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при нестабильности голеностопного сустава.

59. Особенности методики массажа при вальгусной деформации ног. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.

60. Особенности методики массажа при варусной деформации ног. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при варусной деформации ног.

61. Сочетание массажа, лечебной физической культуры, физических упражнений и физиотерапии при нарушениях осанки.

62. Особенности методики массажа при вялой осанке. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при вялой осанке.

63. Особенности методики массажа при плоской спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плоской спине.

64. Особенности методики массажа при плосковогнутой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при плосковогнутой спине.

65. Особенности методики массажа при сутулой и круглой спине. Сочетание массажа и лечебной физической культуры при кругловогнутой спине.
66. Особенности методики массажа при кругловогнутой спине. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при кругловогнутой спине.
67. Особенности методики массажа при нарушении осанки во фронтальной плоскости. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и физиотерапией при нарушении осанки во фронтальной плоскости.
68. Особенности методики массажа в зависимости от степени, форме искривления и признаках сложности сколиоза. Сочетание массажа, лечебной физической культуры и физиотерапии при сколиозах.
69. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
70. Особенности методики массажа при ревматизме в разные периоды реабилитации заболевания. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.
71. Особенности методики массажа при миокардите. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при миокардите.
72. Особенности методики массажа при врожденных пороках сердца при консервативном и оперативном лечении. Сочетание массажа с лечебной физической культурой при врожденных пороках сердца.
73. Особенности методики массажа при различных видах врожденных пороков сердца. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
74. Особенности методики массажа при функциональных нарушениях в работе сердца. Сочетание массажа и лечебной физической культуры.
75. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
76. Клинические формы детского церебрального паралича.
77. Периоды восстановления двигательной активности при детском церебральном параличе. Показания и противопоказания к массажу.

78. Особенности методики массажа в разные периоды восстановления при детском церебральном параличе. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
79. Особенности методики массажа в период остаточных явлений. Сочетание массажа с лечебной физической культурой.
80. Особенности методики массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с лечебной физической культурой и общеразвивающими упражнениями.
81. Составить примерный комплекс методики массажа и лечебной физической культуры и гимнастики при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу.

1. Понятие о массаже в детском и подростковом возрасте. Цели и задачи.
2. Правила выполнения массажа у детей и подростков.
3. Показания и противопоказания к массажу у детей.
4. Гигиенические требования к проведению массажа у детей.
5. Особенности техники и методики массажа у детей.
6. Сочетание массажа с лечебной физической культурой, физиотерапией и другими средствами восстановления.
7. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
8. Возрастная периодизация, т.е. классификация детского возраста.
9. Характеристика периода новорожденности (с рождения до 10 дней)
10. Характеристика грудного возраста (10 дней – 1 год)
11. Характеристика периода раннего детства (1 – 3 года)\
12. Характеристика периода первое детство (4 – 7 лет)
13. Характеристика периода второе детство (8-12 лет)
14. Характеристика подросткового возраста (13 – 16 лет)
15. Характеристика периода юношеский возраст (17 – 21 год)
16. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
17. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 1 до 3 месяцев.

18. Рефлекторные упражнения и их сочетание с массажем.
19. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 1 до 3 месяцев.
20. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 3 до 4 месяцев.
21. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 3 до 4 месяцев.
22. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 4 до 6 месяцев.
23. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 4 до 6 месяцев.
24. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 6 до 9 месяцев.
25. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от 6 до 9 месяцев.
26. Краткая характеристика навыков и умений ребенка от 9 до 12 месяцев.
27. Особенности массаж и гимнастики в возрасте от 9 до 12 месяцев.
28. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет.
29. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет
30. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее.
31. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
32. Особенности массажа при оперативных методах лечения при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава.
33. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости.
34. Массаж и гимнастика при пупочной грыже.
35. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии.
36. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
37. Массаж при мышечном гипертонусе.
38. Массаж при плоскостопии. Сочетание массажа с ЛФК.
39. Массаж при варусной установке стоп. Сочетание массажа с ЛФК.
40. Массаж при нестабильности голеностопного сустава.
41. Массаж при вальгусной деформации ног.
42. Массаж при варусной деформации ног.
43. Особенности массажа при нарушениях осанки. Сочетание массажа с

ЛФК.

44. Массаж при сколиозе. Сочетание массажа с ЛФК.
45. Массаж при ревматизме. Сочетание массажа с ЛФК.
46. Массаж при миокардите. Сочетание массажа с ЛФК.
47. Массаж при врожденных пороках сердца.
48. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца.
49. Массаж при бронхите. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
50. Особенности массажа при хроническом (рецидивирующем) бронхите. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
51. Особенности массажа при пневмонии.
52. Массаж при бронхиальной астме. Сочетание массажа с дыхательными упражнениями и ЛФК.
53. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП). Сочетание массажа с ЛФК.
54. Особенности массажа в разные периоды восстановления при ДЦП. Сочетание массажа с ЛФК.
55. Особенности массажа в период остаточных явлений при ДЦП. Сочетание массажа с ЛФК.
56. Особенности массажа при различных формах миопатии. Сочетание массажа с ЛФК и общеразвивающими упражнениями.

Темы рефератов

1. Особенности физического и нервно-психического развития ребенка.
2. Массаж и гимнастика для здорового ребенка до года.
3. Краткая характеристика навыков и умений ребенка в возрасте от года до трех лет. Особенности массажа и гимнастики в возрасте от года до трех лет.
4. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее у детей.
5. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра, дисплазии тазобедренного сустава у детей.
6. Массаж и ЛФК при врожденной косолапости у детей.

7. Массаж и гимнастика при пупочной грыже у детей.
8. Особенности массажа и гимнастики при разных степенях гипотрофии у детей.
9. Особенности массажа и гимнастики у недоношенных детей.
10. Массаж при мышечном гипертонусе у детей.
11. Массаж при плоскостопии у детей.
12. Массаж при варусной установке стоп у детей.
13. Массаж при нестабильности голеностопного сустава у детей.
14. Массаж при вальгусной деформации ног у детей.
15. Массаж при варусной деформации ног у детей.
16. Особенности массажа при нарушениях осанки у детей.
17. Массаж при сколиозе у детей.
18. Массаж при ревматизме у детей.
19. Массаж при миокардите у детей.
20. Массаж при врожденных пороках сердца у детей.
21. Массаж при функциональных нарушениях (изменениях) в работе сердца у детей.
22. Массаж при бронхите у детей.
23. Особенности массажа при пневмонии у детей.
24. Массаж при бронхиальной астме у детей.
25. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП).

Решение ситуационных задач

1. Составление отдельных комплексов массажа и гимнастики у детей до года. Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (возраст, пол и функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

2. Составление отдельных методик массажа и гимнастики у детей с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет. Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (нарушения

развития организма и заболевания, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

3. Составление отдельных методик массажа у детей при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата.

Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание или травма опорно-двигательного аппарата, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

4. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание сердечно-сосудистой системы, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

5. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях органов дыхания. Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание органов дыхания, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

6. Составление отдельных методик массажа у детей при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (заболевание и повреждения нервной системы, возраст, пол, функциональное состояние ребенка) и дает задание по разработке методики лечебного массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Погосян, М. М. Лечебный массаж. в 2т. т.2 : учебник / М. М. Погосян .— изд. 4-е, доп. и перераб. — Малаховка : МГАФК, 2020 .— 273 с. : ил <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=772303>
2. Абрашина, Н.А. Лечебный массаж для детей с нарушениями развития : практ. пособие. - М.: Флинта, 2001. - 168 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=116389&DocQuerID=11528851&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Бирюков, А.А. Лечебный массаж : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.А. Бирюков. - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2017. - 361 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=361125&DocQuerID=11528854&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Потапчук, А.А. Лечебная физическая культура в детском возрасте : рук. для врачей / А.А. Потапчук, С.В. Матвеев, М.Д. Дидур. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 522 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=363682&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

5. Красикова, И.С. Детский массаж : Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет / И.С. Красикова. - СПб.: Корона. Век, 2020. - 319 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=361089&DocQuerID=11528873&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Красикова, И.С. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиозов и плоскостопия / И.С. Красикова. - СПб.: КОРОНА.Век, 2018. - 319 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

7. Потапчук, А.А. Лечебная физическая культура в детском возрасте : учеб.-метод. пособие для студентов мед. и пед. вузов, обучающихся по специальности 040108 - "Лечеб. физкультура и спортив. медицина" : рек. Эксперт. советом по лечеб. физкультуре и спортив. медицине М-ва здравоохранения и соц. развития РФ / А.А. Потапчук, С.В. Матвеев, М.Д. Дидур. - СПб.: Речь, 2007. - 463 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=33161&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=33161&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=33161&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
8. Потапчук, А.А. Массаж в детском возрасте : учеб. пособие для студентов медицин. вузов : рек. Рос. ассоц. по спортив. медицине и реабилитации больных и инвалидов / А.А. Потапчук, С.В. Матвеев, М.Д. Дидур. - СПб.: Речь: Сфера; М., 2010. - 317 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187242&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=187242&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187242&DocQuerID=11528866&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Электронно-библиотечная система Elibrary - <http://elibrary.ru>
2. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.
3. Теория и практика физической культуры: Журнал
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)
5. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

[Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicinform.net\)](http://medicinform.net)

Режим доступа: свободный

[Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)

Режим доступа: свободный

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

Режим доступа: свободный

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru).

Министерство спорта Российской Федерации - <https://www.minsport.gov.ru/>

[Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

Режим доступа: свободный

[Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

Режим доступа: свободный

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

- массажная аудитория №346 МБК
- кушетки
- раздевалка
- монитор
- ноутбук
- наглядные пособия

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплин «Массаж у детей и подростков» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» профилю «Адаптивное физическое воспитание» очная, заочная формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр – очная форма обучения, 6 семестр – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: зачёт

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁱ	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по темам	В течение семестра	5
2	Решение ситуационных задач по темам	5-12	5
3	Тестирование	11	10
4	Написание реферата на выбранную тему	10-12	13
5	Презентация на выбранную тему	10-12	10
6	Доклад на выбранную тему	10-12	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	1 занятие (2 часа)=1 балл 27
	Зачет		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий	10
2	Тестирование по пропущенным темам	10
3	Написание реферата по пропущенным темам	15
4	Презентации по пропущенным темам	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра Физической реабилитации, массажа и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.В.ДВ.01.03 МАССАЖ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная, заочная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма обучения)

3. Цель освоения дисциплины: Сформировать у студентов, обучающихся по направлению подготовки: «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» понятие об общих принципах и методических правилах использования массажа у детей и подростков с лечебной и лечебно-профилактической целями. На этой основе научить их навыкам использования частных методик массажа у детей и подростков в физической реабилитации и адаптации больных и инвалидов.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья,	6		6

занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;

- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнo-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -

	контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

5. Краткое содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Ведение. Общие основы массажа у детей	6	4	6	12		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6	2		4		
3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6	2	4	4		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6		2	4		
5	II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет	6	4	6	14		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6	2	2	4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		2	6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у	6	2	2	4		

	недоношенных детей и мышечном гипертонусе						
9	III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата	6	4	10	10		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6	2	2	2		
11	3.2. Массаж при варусной установки стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		2	2		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и варусной (о-образной деформации ног)	6	2	2	2		
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6		4	4		
14	IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2	4	6		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6	2	2	4		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		2	2		
17	V. Массаж при заболеваниях органов дыхания	6	2	4	6		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		2	2		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6	2	2	4		
20	VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	6	2	6	6		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6	2	4	4		
22	6.2. Массаж при миопатии	6		2	2		
23							зачет
Итого часов: 108			18	36	54		зачет

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	I. Ведение. Общие основы массажа у детей	6	2		20		
2	1.1. Особенности физического и психо-эмоционального развития детского организма в разные возрастные периоды	6	1		8		
3	1.2. Массаж и гимнастика здорового ребенка до года	6	1		6		
4	1.3. Массаж и гимнастика здорового ребенка от года до трех лет	6			6		
5	II. Массаж и гимнастика с нарушениями развития и некоторыми заболеваниями от одного месяца до трех лет	6		2	16		
6	2.1. Массаж и гимнастика при врожденной мышечной кривошее и врожденном вывихе бедра	6		1	4		
7	2.2. Массаж и гимнастика при врожденной косолапости, гипотрофии и рахите	6		0,5	6		
8	2.3. Массаж и гимнастика у недоношенных детей и мышечном гипертонусе	6		0,5	6		
9	III. Массаж при некоторых заболеваниях и нарушениях развития опорно-двигательного аппарата	6		2	22		
10	3.1. Массаж при плоскостопии	6		1	4		
11	3.2. Массаж при варусной установки стоп и нестабильности голеностопного сустава	6		0,5	6		
12	3.3. Массаж при вальгусной (х-образной деформации ног) и	6		0,5	6		

	варусной (о-образной деформации ног)						
13	3.4. Массаж при нарушении осанки и сколиозах	6			6		
14	IV. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6		2	14		
15	4.1. Массаж при ревматизме и миокардите	6		1	8		
16	4.2. Массаж при врожденных пороках сердца и функциональных (изменениях) в работе сердца	6		1	6		
17	V. Массаж при заболеваниях органов дыхания	6		2	16		
18	5.1. Массаж при остром и рецидивирующем бронхите	6		0,5	8		
19	5.2. Массаж при пневмонии и бронхиальной астме	6		0,5	8		
20	VI. Массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы	6		0,5	10		
21	6.1. Массаж при детском церебральном параличе (ДЦП)	6		0,5	6		
22	6.2. Массаж при миопатии	6			4		
23							зачет
Итого часов: 108			2	8	98		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.01.04 Дактилология и основы жестовой речи»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль) : Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины(модуля)обновлена
на основании решения заседаниякафедры
Теории и методики адаптивного физического воспитания
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины(модуля)обновлена
на основании решения заседаниякафедры
Теории и методики адаптивного физического воспитания
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составитель: Дьячкова Юлия Львовна - кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры
РГУФКСМиТ
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.В.ДВ.01.04 Дактилология и основы жестовой речи» является освоение представлений о содержании языка жестов, используемого глухими для общения друг с другом, обучения и рекреации. Ориентировать будущих бакалавров в области адаптивной физической культуры (АФК) на возможность оказывать помощь в социальной адаптации, реабилитации, интеграции людей с патологией слуха, посредством их включения в общение на физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятиях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Дактилология и основы жестовой речи» является обязательной дисциплиной вариативной части модуля профильных дисциплин.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов			

	и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохраненных функций; - планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; - демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.	6		6

	ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнополовых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетных единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История обучения глухих в России. Разновидности жестового языка.	6	2	6	8		
2	Правила жестовой речи и дактилирования. Развитие подвижности пальцев кисти. Система жестового общения глухих. РЖЯ, КЖР	6	2	6	8		
3.	Русский дактильный алфавит. Группы дактилем по конфигурации кисти.	6	4	6	12		
4.	Числовые жесты,	6	4	6	12		

	календарные жесты, местоимения, частицы, знаки препинания.						
5	Общеупотребительные жесты. Жесты поспортивной тематике.	6	2	6	8		
6	Возможности использования жестовой речи в практической деятельности в АВФ.	6	4	6	6		
							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История обучения глухих в России. Разновидности жестового языка.	6		1	14		
2	Правила жестовой речи и дактилирования. Развитие подвижности пальцев кисти. Система жестового общения глухих. РЖЯ, КЖР	6	2	2	16		
3.	Русский дактильный алфавит. Группы дактилем по конфигурации кисти.	6		2	18		
4.	Числовые жесты, календарные жесты, местоимения, частицы, знаки препинания.	6		1	18		
5	Общеупотребительные жесты. Жесты по спортивной тематике.	6		1	16		
6	Возможности использования жестовой речи в практической деятельности в АВФ.	6		1	16		
							Зачет
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Дактилология и основы жестовой речи».

(Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

1. Разновидности жестового языка.
2. Жесты спортивных судей и их связь с жестовым языком глухих.
3. Правила хорошего тона при общении с глухим и слабослышащим человеком.
4. Дактильный алфавит. Группы жестов по конфигурации пальцев.
5. Округлые буквы (А, Е Ё, С)
6. Буквы с противопоставлением пальцев (Н, Р, О)
7. Буквы с перемещением руки (К, Й, Ц, Щ)
8. Буквы со сложной конфигурацией (Ю, Б, И, У, Ф)
9. Жесты, обозначающие местоимения Я, ТЫ, ОН, ОНА, МЫ, ВЫ.
10. Жесты, обозначающие дни недели.
11. Жесты, обозначающие календарные месяцы.
12. Система обозначения чисел с помощью жестов.
13. Общеупотребительные жесты: глаголы.
14. Общеупотребительные жесты: прилагательные.
15. Общеупотребительные жесты: существительные (предметы).
16. Общеупотребительные жесты: частицы.
17. Общеупотребительные жесты: спортивная тематика.

Примерная тематика рефератов

1. История становления системы образования глухих в России.
2. Билингвизм – словесно-жестовое двуязычие глухих.
3. Современное состояние обучения жестовой речи глухих и слышащих.
4. Влияние среды на освоение ребенком жестового языка. Глухой ребенок в семье глухих и слышащих родителей.
5. Методики развития подвижности пальцев кисти.
6. Жестуно – международный язык глухих.
7. Контрольное задание с подготовкой дома и последующей демонстрацией в аудитории:

- а) составить рассказ на произвольную тему, используя известные жесты и дактильную азбуку;
- б) рассказать любое стихотворение жестовой речью;
- в) подготовить несколько загадок, ответ на которые должен быть получен также с помощью жестов;
- г) система судейских жестов в профильном виде спорта.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Определите роль использования языка жестов в развитии глухого ребенка
2. Назовите правила дактилирования.
3. Перечислите правила обучения чтения с губ.
4. Назовите группу букв со сложной конфигурацией.
5. Назовите виды спорта, в которых используются жесты спортивных судей. Покажите несколько спортивных жестов.

Выполнение практических заданий по определению умений жестикулирования

- Покажите дактильные знаки А. Е. Ё. С, В, О, Р, Н. Ш, Щ. З, Б, Д. И. Я, К, И. И, Ы. У, Г, П. Л, М, Т, Ж. Ч, Ф, Ю, Х, Э. Ь, Ъ.
- Продактилируйте слова. Весна. Лето. Осень. Зима. Год. Месяц. Неделя. День. Ночь. Утро. Вечер. Север. Юг. Запад. Восток. Земля. Шар. Экватор. Береза. Дуб. Клен. Ель. Сосна. Ясень. Рябина. Солнце. Небо. Море. Река. Лес. Поле. Гора.
- Скажите дактильно пословицы. Для учения нет старости. Тяжело тому жить, кто от работы бежит. Верный друг любит до смерти. Ласковое слово и буйную голову смиряет. На чужой стороне и весна не красна. Кому мир не дорог, тот нам и ворог.
- Переведите текст дактилологией.
- Меня зовут Тамара и я студентка 4 курса Российского Государственного Университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма кафедры Адаптивной физической культуры. Тема моей дипломной работы «Особенности общения глухих и слабослышащих»
- 10. Переведите текст на жестику.
- Утром я встаю в 7 часов. Занятия в Университете начинаются в 8 часов 50 минут, заканчиваются — в 16 часов 30 минут. По средам и субботам хожу на тренировки. А в воскресенье — я у родителей, помогаю им. Когда есть время, мы ходим в лес, или гуляем, там так красиво: зимой снег белый, белый, а летом цветы — красные, оранжевые, желтые. Мои родители любят бывать на воздухе и летом, и зимой. Это самый лучший отдых.

- 11. Переведите текст и перескажите его.
- Моего друга зовут Сергей. Он учится в институте и тренирует детей на стадионе. Все он делает отлично. У Сергея на все есть время: и друзьям помогать, и книги читать, и в шахматы играть. А вчера Сергей пришел и сказал: будем заниматься жестикой, чтобы хорошо понимать наших глухих сокурсников.
- 12. Переведите текст.
- Наша семья большая — 5 человек. Отец работает тренером по волейболу, мать — в школе для глухих. Она учительница. Сестры — Надя и Оля — учатся в школе. Я — спортсмен — играю в большой теннис. Я много тренируюсь, у меня высокие результаты и я хочу поехать на Олимпийские игры.
- Переведите текст.
- Мы живем дружно. Я не слышу, но в семье все знают пальцевую азбуку и говорят со мной дактильно. Дактилология помогла мне, когда я был маленьким, научиться читать и писать с 5 лет. Теперь я учусь в университете вместе со здоровыми ребятами.
- Переведите текст.
- Меня зовут Максим. Я люблю играть в футбол и шашки. На прошлой неделе, в среду, в школе на уроке по физической культуре мы играли в баскетбол и я упал. Было очень больно. Но я сильный, поэтому я встал и продолжили игру.
- Расскажите о своей семье, работе, друзьях.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины(модуля).

Основная литература:

1. Харламенков, А. Е. Русский жестовый язык. Начала : учебник для вузов / А. Е. Харламенков. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 383 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/520090>
2. Речицкая, Е. Г. Дактильная и жестовая речь как средства коммуникации лиц с нарушением слуха : учебно-методическое пособие : в 2 частях / Е. Г. Речицкая, Л. А. Плуталова ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016. – 144 с.: ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471190>

Дополнительная литература:

1. Фурьева, Т. В. Социализация и социальная адаптация лиц с инвалидностью : учебное пособие для вузов / Т. В. Фурьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/515520>
2. Социокультурные основы реабилитации инвалидов / С.К. Хаидов .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2014 .— 133 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279671>

в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.deafworld.ru/> Сайт Страна глухих
2. [Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия –
информационно-справочная система \(garant.ru\).](#)
3. [Память народа:Подлинные документы о Второй Мировой войне \(pamyat-naroda.ru\).](#)
4. Историко-ориентированные информационные системы
<http://digitalhistory.ru/katalog-sistem/poisk-po-sistemam/>.
5. Хронос (проект «Всемирная история в Интернете»)<http://www.hrono.ru/>.
6. Универсальная энциклопедия Кирилла и Мефодия, раздел «История

России»<https://megabook.ru/rubric/%d0%98%d0%a1%d0%a2%d0%9e%d0%a0%d0%98%d0%af/%d0%98%d1%81%d1%82%d0%be%d1%80%d0%b8%d1%8f%20%d0%a0%d0%be%d1%81%d1%81%d0%b8%d0%b8>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Рукоонт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система - https://www.informio.ru/](https://www.informio.ru).

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система - (elibrary.ru)

Международный комитет спорта глухих - <https://www.deaflympics.com/>

Ж. «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>

[Издательский дом «Медиа Сфера»](http://mediasphera.ru) - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)

Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система profstandart.rosmintrud.ru

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

Сурдлимпийский комитет России – официальный сайт - <https://deaflymp.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации (персональный компьютер с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, проектор, экран, ученическую интерактивную доску), комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Дактилология и основы жестовой речи» **для обучающихся института** Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса **3 курса, направления** 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»

направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание

очной, заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Число баллов
1	Выполнение практического задания по теме «Дактильная азбука»	22-я неделя	12
2	Выполнение практического задания по теме: «Город, в котором я живу»	24-я неделя	20
3	Выполнение практического задания по теме: «Я и моя семья»	32-я неделя	20
4	Выполнение практического задания по теме: «Моя научная и спортивная жизнь»	8-39-я недели	20
5	Посещение занятий	Весь период	$0,5 \cdot 36 = 18$
6	Сдача зачета		10
ИТОГО		100 баллов	

Заочная форма

№	Виды текущего контроля (в первом семестре)	Количество баллов
1	Выполнение практического задания по теме «Дактильная азбука»	12
2	Выполнение практического задания по теме: «Город, в	20

	котором я живу»	
3	Выполнение практического задания по теме: «Я и моя семья»	20
4	Выполнение практического задания по теме: «Моя научная и спортивная жизнь»	20
5	Посещение занятий	$0,5 \cdot 36 = 18$
6	Сдача зачета	10
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1.	Реферат на тему «Особенности изучения жестуно»	10
2.	Презентация на тему «Пальчиковая гимнастика и язык жестов»	15
3.	Исполнение песни (по выбору) на жестах	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся
зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивного физического воспитания

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.01.04 Дактилология и основы жестовой речи»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль) : Адаптивное физическое
воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: академический бакалавриат

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва 2018

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 **академических часов**.

2.**Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 6 семестр для очной формы обучения и 6 семестр для заочной формы обучения.

3.**Цель освоения дисциплины (модуля)** «Б1.В.ДВ.01.04 Дактилология и основы жестовой речи» является освоение представлений о содержании языка жестов, используемого глухими для общения друг с другом, обучения и рекреации. Ориентировать будущих бакалавров в области адаптивной физической культуры (АФК) на возможность оказывать помощь в социальной адаптации, реабилитации, интеграции людей с патологией слуха, посредством их включения в общение на физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятиях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4.**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-1	Способен к разработке и реализации инклюзивных образовательных программ в области адаптивной физической культуры, с учётом особенностей состояния здоровья инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.			
	ПК-1.1 Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных	6		6

программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК-1.2. Умеет: - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;

- формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, степени тяжести и структуры нарушений, состояния сохранных функций;
- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;
- демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;
- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;
- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов названных мероприятий.

ПК-1.3. Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнo-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов

	лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.			

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетных единицы**, 108 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История обучения глухих в России. Разновидности жестового языка.	6	2	6	8		
2	Правила жестовой речи и дактилирования. Развитие подвижности пальцев кисти. Система жестового общения глухих. РЖЯ, КЖР	6	2	6	8		
3.	Русский дактильный алфавит. Группы дактилем по конфигурации кисти.	6	4	6	12		
4.	Числовые жесты,	6	4	6	12		

	календарные жесты, местоимения, частицы, знаки препинания.						
5	Общеупотребительные жесты. Жесты поспортивной тематике.	6	2	6	8		
6	Возможности использования жестовой речи в практической деятельности в АВФ.	6	4	6	6		
							Зачет
Итого часов: 108			18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История обучения глухих в России. Разновидности жестового языка.	6		1	14		
2	Правила жестовой речи и дактилирования. Развитие подвижности пальцев кисти. Система жестового общения глухих. РЖЯ, КЖР	6	2	2	16		
3.	Русский дактильный алфавит. Группы дактилем по конфигурации кисти.	6		2	18		
4.	Числовые жесты, календарные жесты, местоимения, частицы, знаки препинания.	6		1	18		
5	Общеупотребительные жесты. Жесты по спортивной тематике.	6		1	16		
6	Возможности использования жестовой речи в практической деятельности в АВФ.	6		1	16		
							Зачет
Итого часов: 108			2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Философии и социологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.В.ДВ.02.01 Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
ИТРРиФ РГУФКСМиТ
Протокол № 1 от «12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Философии и социологии
Протокол № 22 от 13.06.2019

Составитель: Майорова Людмила Васильевна доцент кафедры философии и
социологии

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях» - формирование у обучающихся, в ходе решения прикладных задач в области физической культуры, спорта - навыков сбора, обработки информации, данных исследования, проведения количественного и качественного анализа на основе выборочных данных, при оценке состояния деятельности государственных и муниципальных учреждений и организаций.

Дисциплина «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях» относится к вариативной части ООП (ОПОП) **(Б1.В.ДВ.02.01)** дисциплинам по выбору по направлению подготовки **49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»** профиль **«Адаптивное физическое воспитание»**.

Учебная дисциплина «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях» использует материал предшествующих учебных дисциплин «Философия», «Спортивная метрология», «Математика и информатика», «Научно-методическая деятельность», «Статистическая обработка данных». Обучающийся должен иметь представления об основных понятиях математического анализа, математической статистики, обладать компьютерной грамотностью, владеть основными знаниями по социологии.

Данная учебная дисциплина необходима для таких дисциплин и видов деятельности как Технологии физкультурно-спортивной деятельности, подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, написании выпускной квалификационной работы, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
	УК-2.1. Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.			
	УК-2.2. Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
	УК-2.3. Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Количественный и качественный подходы в социологическом исследовании	8	6	12	18		
	Количественный подход в социологическом исследовании. Основные черты количественного подхода.		2	4	6		
	Качественный подход в социологическом исследовании. Основные черты качественного подхода.		2	4	6		
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах		2	4	6		
2	Исследовательские практики	8	8	12	18		
	Типы социологического исследования в классической и качественных парадигмах		2	4	6		
	Методы сбора информации в социологическом исследовании (интервью, наблюдения, анализ документов)		4	6	6		
	Качественный и количественный подходы:		2	2	6		

	возможности сочетания						
3	Обработка данных в социологических исследованиях	8	4	12	18		
	Особенности обработки данных социологического исследования		2	6	9		
	Представление результатов исследования		2	6	9		
	Итого часов: 108		18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО ПОДХОДОВ В СОЦИОЛОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ	8	2	2	34		
	Количественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история становления			2	12		
	Качественный подход в социологическом исследовании:				12		

	предпосылки, история становления, теоретические истоки						
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах				10		
2	Раздел II. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ПРАКТИКИ	8		4	34		
	Типы социологического исследования				12		
	Метод сбора информации в социологическом исследовании				12		
	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания в одном отдельно взятом исследовании			4	10		
3	Раздел III. ОБРАБОТКА ДАННЫХ В СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ	8		2	30		
	Особенности обработки данных социологического исследования			2	16		
	Представление результатов исследования				14		
	Итого часов: 108		2	8	98		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях» (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Промежуточная аттестация проводится на основе результатов участия в опросе, дискуссиях, и собеседования по совокупности всех выполненных учебных заданий по всему курсу дисциплины на основе собеседования по вопросам.

Форма промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины – Зачет.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

- 1) Климантова, Г.И. Методология и методы социологического исследования : учебник / Е.М. Черняк, А.А. Щегорцов; Г.И. Климантова .— 5-е изд., стер. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2022 .— 256 с. — (Учебные издания для бакалавров) . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=689403>
- 2) Современные методы социологических исследований : практикум / А.П. Истомина .— Ставрополь : изд-во СКФУ, 2018 .— 104 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=705284>
- 3) Шереги, Ф. Э. Социология инноваций. Методология и методы исследований : учебное пособие для вузов / В. И. Савинков, П. А. Бакланов ; под редакцией Ф. Э. Шереги. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 250 с. <https://urait.ru/bcode/519468>
- 4) Анурин, В.Ф. Эмпирическая социология : учеб. пособие для вузов / Анурин Владимир Федорович. - М.: Акад. проект, 2003. - 287 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117849&DocQuerID=11528914&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 5) Кравченко А.И. Социология : учеб. для бакалавров / А.И. Кравченко ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. - М.: Проспект, 2013. - 534 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=228971&DocQuerID=11528915&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

- 1) Белановский, С.А. Метод фокус-групп / Ин-т Открытое о-во. - М.: Магистр, 1996. - 272 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=79259&DocQuerID=11528923&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 2) Бутенко И.А. Организация прикладного социологического исследования. – М.: Тривола, 1998. – 228 с., илл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=15412&DocQuerID=11528925&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 3) Бутенко И.А. Анкетный опрос как общение социолога с респондентами : учебное пособие для университетов. – М.: Высшая школа, 1989. – 176 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=8202&DocQuerID=11528926&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 4) Добренъков В.И. Социология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 040200 : рек. Умо по клас. унив. образованию / В.И. Добренъков, А.И. Кравченко ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Социолог. фак. - М.: Акад. проект: Alma Mater, 2009. - 605 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=188452&DocQuerID=11528930&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

- 5) Дубровин, И.А. Маркетинговые исследования : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Экономика" и экон. специальностям : доп. УМО по образованию в обл. экономики и экон. теории / И.А. Дубровин. - М.: Дашков и К, 2008. - 274 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=169886&DocQuerID=11528931&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 6) Дурович, А.П. Практика маркетинговых исследований : в 2 кн. Кн. 1: Основные концепции и методы / А.П. Дурович. - Минск: Гревцова, 2008. - 255 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=61412&DocQuerID=11528932&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 7) Как провести социологическое исследование : В помощь идел. активу. - Изд 2-е доп. - М.: Изд. полит. лит., 1990. - 288 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=25687&DocQuerID=11528936&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 8) Количественные методы в экономических исследованиях : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям 080100 : рек. М-вом образования РФ, Умц "Проф. учеб" / под ред. проф. М.В. Грачевой, проф. Черемных Ю.Н., доц. Е.А. Тумановой. - 2-е изд, перераб. и доп. - М.: Юнити, 2014. - 687 с.: табл., рис. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235472&DocQuerID=11528939&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 9) Квале, С. Исследовательское интервью : [пер.с англ.] / Стейнар Квале ; под ред. Д.А. Леонтьева. - 2-е изд. - М.: Смысл, 2009. - 301 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=62885&DocQuerID=11528940&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 10) Колода, Н.В. Интервью : метод. обучения : практ. советы : учеб. пособия для студентов вузов, обучающихся по специальности 050301.65 ДПП,ДС практ. журналистика : рек. УМО по специальностям пед. образования / Н.В. Колода. - 2-е изд., испр., перераб. и доп. - М.: Аспект пресс, 2012. - 174 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=209842&DocQuerID=11528943&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 11) Лукина, М.М. Технология интервью : учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по направлению и спец. "Журналистика": доп. м-вом образования Рос. Федерации / Мария Лукина. - 2-е изд., доп. - М.: Аспект пресс, 2005. - 191 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=125198&DocQuerID=11528944&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 12) Майорова, Л.В. Анализ и обработка данных в SPSS [Электронный ресурс] : метод. рекомендации к практ. заданиям : направление подгот. 39.04.01 : профили подгот.: "Социология физ. культуры и спорта", "Социология туризма" : утв. и рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Майорова Л.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма" (ГЦОЛИФК)". - М., 2018. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=311762&DocQuerID=11528945&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 13) Максимов, А. Не молчи, или Книга для тех, кто хочет получать ответы / Андрей Максимов. - М.: СБР-Медиа, 2009. - 188 с.: фот. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=246760&DocQuerID=11528947&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=>

=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

- 14) Мильштейн, О.А. Анкетирование как средство общения социолога с респондентами в сфере физической культуры и спорта : метод. рекомендации для студентов ин-та физ. культуры / О.А. Мильштейн, Ю.А. Прокопчук ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры, Краснодар. гос. ин-т физ. культуры. - Краснодар, 1991. - 264 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=77375&DocQuerID=11528948&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 15) Наследов А. SPSS компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках / А. Наследов. - 2-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2007. - 416 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=284525&DocQuerID=11528951&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 16) Феннето, Э. Интервью и опросник : Формы, процедуры, результаты = Enquete : entretien et questionnaire / Эрве Феннето = Herve Fenneteau. - [СПб.]: Питер, 2004. - 159 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128181&DocQuerID=11528955&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 17) Ядов, В.А. Стратегия социологического исследования : Описание, объясн., понимание соц. реальности / в сотрудничестве с В.В. Семеновой. - [6-е изд.]. - М.: Академкнига: ДОБРОСВЕТ, 2003. - 596 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117894&DocQuerID=11528956&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 18) Ядов, В.А. Стратегия социологического исследования : Описание, объяснение, понимание социал. реальности : учеб. пособие / В.А. Ядов. - 3-е изд., испр. - М.: Омега-Л, 2007. - 567 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148407&DocQuerID=11528956&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Проблемы качества социологической информации: достоверность, репрезентативность, прогностический потенциал http://www.socioprognoz.ru/files/File/publ/Problemy_rachestva.pdf

Институт социологии ФНИСЦ РАН <http://www.isras.ru/publ.html?id=916>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\)](http://urait.ru).
- 2) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>.
2. [Федеральный образовательный портал «Экономика. Социология. Менеджмент»](#) - информационная система
3. Всероссийский центр изучения общественного мнения [ВЦИОМ. Новости: Тематический каталог \(wciom.ru\)](http://wciom.ru)
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система fgosvo.ru

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>.
2. [Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных \(sportrf.gov.ru\)](http://sportrf.gov.ru)
3. Всероссийский центр изучения общественного мнения. База данных [Данные опросов - ВЦИОМ-Навигатор \(wciom.ru\)](http://wciom.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методы количественного и качественного анализа в социологических исследованиях»

для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Адаптивное физическое воспитание» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 курс 8 семестр (очная и заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: *Зачет*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Практическое задание №1.</i> Выполнение практической работы по теме «Измерение в социологии» Написать примеры вопросов с вариантами ответов с различными типами шкал. Указать влияние различных типов шкал на чувствительность измерения. Достоинства и недостатки.	3-5	6
2	<i>Практическое задание №2</i> Выполнение практической работы по теме «Достоверность социологической информации» Разработать вопросник с различными примерами, показывающими уровень достоверности информации.	6-7	6
3	<i>Практическое задание №3</i> Выполнение практического задания по теме «Репрезентативность». Провести определения выборочной совокупности на основе разных методов выборки (три примера). Описать процедуру выборки, влияние методы выборки на ее репрезентативность. Способы корректировки.	8-9	8
4	<i>Практическое задание №4</i> Разработать вопросник для глубинного интервью	10-11	10
5	<i>Практическое задание №5</i>	9	8

	Разработать вопросник для маркетингового исследования		
6	<i>Практическое задание №6</i> Выполнить задание по обработке данных и представить результат в таблицах и диаграммах.	8	10
7	<i>Практическое задание №7</i> Доклад и презентация по одному из видов исследовательских практик.	6-12	10
5	Участие в дискуссиях и опросах (в сумме)	<i>В течение семестра</i>	9
6	<i>Посещение учебных занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	13
7	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

**Оценочные средства и количество баллов может меняться*

Задания для обучающихся, пропустивших занятия, в соответствии с информационной справкой и темами занятий.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачет

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Философии и социологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.02.01 Методы количественного и качественного анализа в
социологических исследованиях»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 108 ак.часов, 3 зачетных единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 8 семестр.

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование у обучающихся, в ходе решения прикладных задач в области адаптивной физической культуры, воспитания, реабилитации - навыков сбора, обработки информации, данных исследования, проведения количественного и качественного анализа на основе выборочных данных, для обеспечения социальной и профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
	УК-2.1. Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.			
	УК-2.2. Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
	УК-2.3. Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Количественный и качественный подходы в социологическом исследовании	8	6	12	18		
	Количественный подход в социологическом исследовании. Основные черты количественного подхода.		2	4	6		
	Качественный подход в социологическом исследовании. Основные черты качественного подхода.		2	4	6		
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах		2	4	6		
2	Исследовательские практики	8	8	12	18		
	Типы социологического исследования в классической и качественных парадигмах		2	4	6		
	Методы сбора информации в социологическом исследовании (интервью, наблюдения, анализ		4	6	6		

	документов)						
	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания		2	2	6		
3	Обработка данных в социологических исследованиях	8	4	12	18		
	Особенности обработки данных социологического исследования		2	6	9		
	Представление результатов исследования		2	6	9		
	Итого часов: 108		18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО ПОДХОДОВ В СОЦИОЛОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ	8	2	2	34		
	Количественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история становления			2	12		
	Качественный подход в социологическом исследовании:				12		

	предпосылки, история становления, теоретические истоки						
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах				10		
2	Раздел II. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ПРАКТИКИ	8		4	34		
	Типы социологического исследования			4	12		
	Метод сбора информации в социологическом исследовании				12		
	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания в одном отдельно взятом исследовании				10		
3	Раздел III. ОБРАБОТКА ДАННЫХ В СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ	8		2	30		
	Особенности обработки данных социологического исследования			2	16		
	Представление результатов исследования				14		
	Итого часов: 108		2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Философии и социологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ДВ.02.02 Технологии социологических исследований в прикладных
сферах деятельности»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль):

Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
ИТРРиФ РГУФКСМиТ
Протокол № 1 от «12 сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины
(модуля) обновлена на
основании решения
заседания кафедры
Философии и социологии
Протокол № 22 от 13.06.2019

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Психологии, философии и социологии
(наименование)
Протокол № 3 от «11» сентября 2024 г.

Составители:

Майорова Людмила Васильевна - доцент кафедры Философии и социологии.

Титова Галина Сергеевна - кандидат педагогических наук, доцент кафедры Психологии, философии и социологии.

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Технологии социологических исследований в прикладных сферах деятельности» - формирование у обучающихся, в ходе решения прикладных задач в области физической культуры, спорта - навыков сбора, обработки информации, данных исследования, проведения количественного и качественного анализа на основе выборочных данных, при оценке состояния деятельности государственных и муниципальных учреждений и организаций.

Дисциплина «Технологии социологических исследований в прикладных сферах деятельности» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Технологии социологических исследований в прикладных сферах деятельности» относится к вариативной части ООП (ОПОП) (**Б1.В.ДВ.02.02**) дисциплинам по выбору по направлению подготовки **49.03.02**

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль *«Адаптивное физическое воспитание»*.

Учебная дисциплина «Технологии социологических исследований в прикладных сферах деятельности» использует материал предшествующих учебных дисциплин «Философия», «Спортивная метрология», «Математика и информатика», «Научно-методическая деятельность», «Статистическая обработка данных». Обучающийся должен иметь представления об основных понятиях математического анализа, математической статистики, обладать компьютерной грамотностью, владеть основными знаниями по социологии.

Данная учебная дисциплина необходима для таких дисциплин и видов деятельности как Технологии физкультурно-спортивной деятельности, подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, написании выпускной квалификационной работы, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
«Технологии социологических исследований в прикладных сферах
деятельности», соотнесенных с планируемыми результатами освоения
ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
	УК-2.1. Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.			
	УК-2.2. Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
	УК-2.3. Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений			

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Количественный и качественный подходы в социологическом исследовании	8	6	12	18		
	Количественный подход в социологическом исследовании. Основные черты количественного подхода.		2	4	6		
	Качественный подход в социологическом исследовании. Основные черты качественного подхода.		2	4	6		
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах		2	4	6		
2	Исследовательские практики	8	8	12	18		
	Типы социологического исследования в классической и качественных парадигмах		2	4	6		
	Методы сбора информации в социологическом исследовании (интервью, наблюдения, анализ документов)		4	6	6		
	Качественный и количественный подходы:		2	2	6		

	возможности сочетания						
3	Обработка данных в социологических исследованиях	8	4	12	18		
	Особенности обработки данных социологического исследования		2	6	6		
	Представление результатов исследования		2	6	6		
	Итого часов: 108		18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО ПОДХОДОВ В СОЦИОЛОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ	8	2	2	34		
	Количественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история становления			2	12		
	Качественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история				12		

	становления, теоретические истоки						
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах				10		
2	Раздел II. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ПРАКТИКИ	8		4	34		
	Типы социологического исследования				12		
	Метод сбора информации в социологическом исследовании				12		
	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания в одном отдельно взятом исследовании			4	10		
3	Раздел III. ОБРАБОТКА ДАННЫХ В СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ	8		2	30		
	Особенности обработки данных социологического исследования			2	16		
	Представление результатов исследования				14		
	Итого часов: 108		2	8	98		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Технологии социологических исследований в прикладных сферах деятельности» (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Промежуточная аттестация проводится на основе результатов участия в опросе, дискуссиях, и собеседования по совокупности всех выполненных учебных заданий по всему курсу дисциплины на основе собеседования по вопросам.

Форма промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины – Зачет.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература

1. Зубова, О.Г. Прикладная социология: методология и методика социологического исследования : учебное пособие по курсу «Социология» / О.Г. Зубова .— Москва : МГИ им. Е.Р. Дашковой, 2015.— 196 с. Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=342253>

б) Дополнительная литература

1. Маженина, Е. А. Методология и методика социологических исследований : электронное учебное пособие : [16+] / Е. А. Маженина, Т. Н. Протасова ; Кемеровский государственный университет, Кафедра социологических наук. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 132 с. Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494917>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.isras.ru/socis.html> Журнал «Социологические исследования»
2. <https://sociocenter.info/> Социоцентр – оператор крупнейших государственных программ развития в сфере науки и высшего образования в РФ
3. <http://www.actualresearch.ru/index.html> Электронное научное издание «Актуальные инновационные исследования: наука и практика»

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
1. Операционная система – Microsoft Windows 10;

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
3. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
4. Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

1. ЭБС "Университетская Библиотека Онлайн" (<https://bioclub.ru>)
2. Национальный цифровой ресурс Руконт - межотраслевая электронная библиотека (<https://www.rucont.ru/>)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система <https://fgosvo.ru/>
2. Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система <https://profstandart.rosmintrud.ru/>
3. Информационный портал «Информιο» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>
4. Федеральный образовательный портал «Экономика. Социология. Менеджмент» <https://iq-media.ru/>
5. Всероссийский центр изучения общественного мнения ВЦИОМ <https://wciom.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информιο» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>
2. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных <https://sportrf.gov.ru/>
3. Всероссийский центр изучения общественного мнения. База данных Данные опросов - ВЦИОМ-Навигатор <https://bd.wciom.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Технологии социологических исследований в
прикладных сферах деятельности»
для обучающихся института туризма, рекреации,
реабилитации и фитнеса 4 курса, направления подготовки
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
направленности (профилю) «Адаптивное физическое
воспитание» очной и заочной форм обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 курс 8 семестр (очная и заочная
форма обучения) Форма промежуточной аттестации: *Зачет*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Практическое задание №1.</i> Выполнение практической работы по теме «Измерение в социологии» Написать примеры вопросов с вариантами ответов с различными типами шкал. Указать влияние различных типов шкал на чувствительность измерения. Достоинства и недостатки.	3-5	6
2	<i>Практическое задание №2</i> Выполнение практической работы по теме «Достоверность социологической информации» Разработать вопросник с различными примерами, показывающими уровень достоверности информации.	6-7	6
3	<i>Практическое задание №3</i> Выполнение практического задания по теме «Репрезентативность». Провести определения выборочной совокупности на основе разных методов выборки (три примера). Описать процедуру выборки, влияние методы выборки на ее репрезентативность. Способы корректировки.	8-9	8
4	<i>Практическое задание №4</i> Разработать вопросник для глубинного интервью	10-11	10
5	<i>Практическое задание №5</i>	9	8

	Разработать вопросник для маркетингового исследования		
6	<i>Практическое задание №6</i> Выполнить задание по обработке данных и представить результат в таблицах и диаграммах.	8	10
7	<i>Практическое задание №7</i> Доклад и презентация по одному из видов исследовательских практик.	6-12	10
5	Участие в дискуссиях и опросах (в сумме)	<i>В течение семестра</i>	9
6	<i>Посещение учебных занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	13
7	Экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

**Оценочные средства и количество баллов может меняться*

Задания для обучающихся, пропустивших занятия, в соответствии с информационной справкой и темами занятий.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачет

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Философии и социологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.02.02 Технологии социологических исследований в прикладных
сферах деятельности»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация,
Лечебная физическая культура

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 108 ак.часов, 3 зачетных единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 8 семестр.

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование у обучающихся, в ходе решения прикладных задач в области адаптивной физической культуры, воспитания, реабилитации - навыков сбора, обработки информации, данных исследования, проведения количественного и качественного анализа на основе выборочных данных, для обеспечения социальной и профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-2	<i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	8		8
	УК-2.1. Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.			
	УК-2.2. Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.			
	УК-2.3. Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений			

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Количественный и качественный подходы в социологическом исследовании	8	6	12	18		
	Количественный подход в социологическом исследовании. Основные черты количественного подхода.		2	4	6		
	Качественный подход в социологическом исследовании. Основные черты качественного подхода.		2	4	6		
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах		2	4	6		
2	Исследовательские практики	8	8	12	18		
	Типы социологического исследования в классической и качественных парадигмах		2	4	6		
	Методы сбора информации в социологическом исследовании (интервью, наблюдения, анализ документов)		4	6	6		

	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания		2	2	6		
3	Обработка данных в социологических исследованиях	8	4	12	18		
	Особенности обработки данных социологического исследования		2	6	6		
	Представление результатов исследования		2	6	6		
	Итого часов: 108		18	36	54		Зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО ПОДХОДОВ В СОЦИОЛОГИЧЕСКОМ ИССЛЕДОВАНИИ	8	2	2	34		
	Количественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история становления			2	12		
	Качественный подход в социологическом исследовании: предпосылки, история				12		

	становления, теоретические истоки						
	Функции социологического исследования в классической и качественной парадигмах				10		
2	Раздел II. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ПРАКТИКИ	8		4	34		
	Типы социологического исследования			4	12		
	Метод сбора информации в социологическом исследовании				12		
	Качественный и количественный подходы: возможности сочетания в одном отдельно взятом исследовании				10		
3	Раздел III. ОБРАБОТКА ДАННЫХ В СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ	8		2	30		
	Особенности обработки данных социологического исследования			2	16		
	Представление результатов исследования				14		
	Итого часов: 108		2	8	98		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Аэробика»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»

Направленности (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гимнастики
Протокол №01 от «11»сентября 2019 г.

Составитель:

Андреасян К.Б., К.П.Н., доцент кафедры Теории и методики гимнастики
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «АЭРОБИКА» является: обеспечить готовность к организации и проведению лечебно-физкультурной работы с использованием современных направлений аэробики для оздоровления, разностороннего развития, закаливания и приобщения к здоровому образу жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья на основе приобретения обучающимися знаний, умений и практических навыков.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) «Аэробика», являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно связана с курсами гуманитарного и естественнонаучного цикла, поскольку ориентирован на познание той части культуры, которая является специфическим фактором совершенствования природных (естественных) качеств и способностей человека, оптимизации его физического состояния, физического развития и здоровья в целом.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами		

аэробики		
УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	IV	
УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	IV	
УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	IV	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие основы теории и методики проведения базовых групповых программ аэробики. Классическая аэробика, степ-аэробика	4	2	6	20		
2	Методика проведения урока. Групповые программы на силу, гибкость, выносливость.	4		10	20		
3	Организационно-методические формы проведения занятий по аэробике в оздоровительном фитнесе с учетом пола, возраста, нозологических форм заболевания.	4		2	22		
Итого часов: 82			2	18	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. Оздоровительный фитнес как массовое направление физического воспитания. Задачи, виды и средства оздоровительной гимнастики.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Терминология в фитнесе.
4. Классификация различных видов базовых групповых программ.
5. Стретчинг как система упражнений на растягивание (направленность, задачи, содержание, особенности проведения).
6. Место упражнений на растягивание в силовых программах.
7. Классическая аэробика. Общая характеристика, классификация.
8. Степ-аэробика. Общая характеристика.
9. Структура урока аэробики. Особенности организации и методика проведения отдельных частей урока.
10. Основные виды групповых силовых программ в фитнесе.
11. Методы тестирования физической подготовки в оздоровительном фитнесе.
12. Правила безопасности проведения занятий фитнесом.
13. Характеристика силовой тренировки с использованием малого оборудования (направленность, отличительные особенности, задачи, средства и методы тренировки).
14. Значение и особенности использования музыкального сопровождения в оздоровительной аэробике.
15. Особенности хореографии в аэробике. Методика составления и разучивания комбинаций.

16. Оздоровительная аэробика низкой и высокой интенсивности.
17. Методика и техника силовых упражнений с гантелями и бодибарами.
18. Методы изменения интенсивности занятия оздоровительной аэробики с помощью различной хореографии.
19. Методика разучивания комбинаций в аэробике. Специфические методы разучивания комбинаций в оздоровительной аэробике.
20. Вербальные команды и специфическая жестикуляция преподавателя оздоровительной аэробики.
21. Управление группой на занятиях по оздоровительной аэробике.
22. Контроль физического состояния занимающихся.
23. Методика удержания занимающихся в группе.
24. Правила проведения занятий на степ-платформе.

Примерные темы рефератов

1. Развитие аэробики: исторический аспект.
2. Кондиционная гимнастика: её место в системе оздоровительных видов гимнастики и фитнесе.
3. Технология различных видов аэробики:
 - классическая аэробика,
 - степ-аэробика,
 - фит-бол аэробика,
 - велоаэробика;
 - аэробика с элементами восточных видов единоборства;
 - йога;
 - силовые виды аэробики;
 - система Пилатес и др.

- координационная гимнастика.
- 4. Возрастные особенности проведения занятий аэробикой.
- 5. Физиологические аспекты занятий аэробикой.
- 6. Психологические аспекты занятий аэробикой.
- 7. Реабилитационная аэробика.
- 8. Разработка и научное обоснование новых видов оздоровительной аэробики.
- 9. Спортивные виды аэробики.
- 10. Воздействие занятий аэробикой на занимающихся разного возраста и состояния здоровья
- 11. Музыкальное обеспечение занятий аэробикой.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Лисицкая, Т.С. Аэробика. В 2 т. Т. I. Теория и методика / Л. В. Сиднева; Т.С. Лисицкая .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 230 с.<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=713597>
2. Лисицкая, Т.С. Аэробика. В 2 т. Т. II. Частные методики / Л. В. Сиднева; Т.С. Лисицкая .— Москва : Советский спорт, 2021 .— 216 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=713598>
3. Андреевко, Т.А. Организация занятий по оздоровительной фитнес-аэробике со студентами вуза / Т.А. Андреевко, Е.Г. Ткачева, Е.А. Широбакина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - № 2. - С. 79. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=252105&DocQuerID=11529105&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Оздоровительная аэробика : учеб. пособие / О.Г. Жигарева [и др.]. - М.: КНОРУС, 2023. - 133 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=351823&DocQuerID=11529107&DocTypeID=NULL&QF=General>

&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Беляк, Ю.И. Способ дозирования физической нагрузки в занятиях аэробикой для студенток / Беляк Ю.И., Зинченко Н.Н. // Физическое воспитание студентов. - 2014. - № 5. - С. 8-13.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=255018&DocQuerID=11529108&DocTypeID=NULL&QF=General](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=255018&DocQuerID=11529108&DocTypeID=NULL&QF=General)

[&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Основы персональной тренировки = Essentials of Personal Training : кн. для фитнес-тренера / Под ред. Роджера В.Эрла, Томаса Р.Бехля ; Нац. ассоц. силовой и кондиц.тренировки. - Киев: Олимп. лит., [2012]. - 723 с.:

ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=215871&DocQuerID=11529110&DocTypeID=NULL&QF=General](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=215871&DocQuerID=11529110&DocTypeID=NULL&QF=General)

[&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебн. Пособие для студентов вузов физической культуры/под ред.Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова.-М.:СпортАкадемПресс, 2002.-303с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=106819&DocQuerID=11529112&DocTypeID=NULL&QF=General](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=106819&DocQuerID=11529112&DocTypeID=NULL&QF=General)

[&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2. Алаева, Л.С. Основы организации и проведения занятий по оздоровительной аэробике : [учеб. пособие] / Л.С. Алаева ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2007. - 68 с.:

ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=204031&DocQuerID=11529113&DocTypeID=NULL&QF=General](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=204031&DocQuerID=11529113&DocTypeID=NULL&QF=General)

[&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Акатова, А.А. Эффективность занятий фитнесом в условиях детского реабилитационного центра / А.А. Акатова, Т.В. Абызова, Е.В. Старкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2015. - № 5. - С. 71-74.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

[DocID=247546&DocQuerID=11529114&DocTypeID=NULL&QF=General](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=247546&DocQuerID=11529114&DocTypeID=NULL&QF=General)

al&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

4. Зайцева, Г.А. Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях : метод. пособие / Г.А. Зайцева, О.А. Медведева. - М.: ФиС, 2007. - 103 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=32050&DocQuerID=11529115&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Лисицкая, Т.С. Ритм + пластика / Татьяна Лисицкая. - М.: ФиС, 1987. - 160 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=36407&DocQuerID=11529122&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Медведева, О.А. Аэробика для студентов : метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 050700 : доп. УМО по направлениям пед. образования / О.А. Медведева, Г.А. Зайцева. - М.: ИНСАН, 2009. - 143 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=201602&DocQuerID=11529124&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
7. Пикон, Р.Е. Тренировка с отягощениями: 10 основных принципов // Аэробика. - 1999. - Осень. - С. 19-21. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=98768&DocQuerID=11529125&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
8. Плешкань, А.В. Оздоровительная и коррекционно-развивающая направленность массовых видов гимнастики в адаптивной физической культуре / А.В. Плешкань // Физическая культура, спорт - наука и практика. - 2004. - № 1-4. - С. 77-84. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=146117&DocQuerID=11529126&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

www.jv.ru – сайт телеканала «Живи», велнес-портал в России;

JustSport.info – сайт о фитнесе и бодибилдинге;

<http://wefit.ru/> - фитнес сайт о здоровье;

<http://www.edu.ru/> - Российское образование. Федеральный образовательный портал.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
- *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

Федерация фитнес-аэробики России
(<https://ffarsport.ru/>)

Международная федерация фитнес-аэробики
(<https://fisafaaustralia.com.au/>)

Международная федерация спортивной йоги
(<https://www.internationalyogafederation.net/>)

Официальное опубликование правовых актов

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

Федерация фитнес-аэробики России

База данных нормативных документов

(<https://ffarsport.ru/documents>)

Федерация спортивной йоги России

База данных нормативных документов

(<https://russianyogafederation.ru/ustavnye-dokumenty.html>)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для реализации дисциплины «Аэробика», нужно:

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Спортивный зал для проведения занятий по гимнастике, аэробике и акробатике, с помещениями для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и инвентаря.
4. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Аэробика»

для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
II курса,

направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая
культура)»

по профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая
культура», «Физическая реабилитация»

очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теория и методика гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): IV семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольный опрос обучающихся по теме	3 неделя	15

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>«Общие основы оздоровительного фитнеса»</i>		
2	<i>Контрольная работа по теме «Классификация и терминология базовых элементов классической аэробики и степ-аэробики»</i>	6 неделя	15
3	<i>Практическое задание №1 по теме «Принципы составления соединений, сегментов и блоков хореографических комбинаций»</i>	7 неделя	25
4	<i>Практическое задание №2 по теме «Методические приемы по обучению и управлению группой»</i>	8 неделя	25
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Проведение урока по классической аэробике</i>	25
2	<i>Проведение персональной тренировки по выбранной направленности</i>	25
3	<i>Презентация по теме «Классификация и терминология базовых элементов классической аэробики»</i>	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в

информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики гимнастики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Аэробика»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025

Москва – 2018 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма обучения)

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Цель освоения дисциплины (модуля) «Аэробика» является: обеспечить готовность к организации и проведению лечебно-физкультурной работы с использованием современных направлений аэробики для оздоровления, разностороннего развития, закаливания и приобщения к здоровому образу жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья на основе приобретения обучающимися знаний, умений и практических навыков.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами аэробики.

5. Краткое содержание дисциплины (модуля): «Аэробика», очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие основы теории и методики проведения базовых групповых программ аэробики. Классическая аэробика, степ-аэробика	4	2	6	20		
2	Методика проведения урока. Групповые программы на силу, гибкость, выносливость.	4		10	20		
3	Организационно-методические формы проведения занятий по аэробике в оздоровительном фитнесе с учетом пола, возраста, нозологических форм заболевания.	4		2	22		
Итого часов: 82			2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные курсы по физической культуре «Баскетбол на колясках»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составители: Рубцов Алексей Валерьевич – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ
ВО (РГУФКСМиТ).

- 1. Цель освоения дисциплины (модуля):** является формирование у бакалавров педагогических навыков организации учебно-тренировочного процесса по баскетболу на колясках для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
- 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):** по результатам освоения дисциплины «Баскетбол на колясках» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	4		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	4		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;	4		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	4		
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	4		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	4		
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	4		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	4		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	4		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	4		

3. Краткое содержание дисциплины(модуля): Трудоемкость 82 ак.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общая характеристика баскетбола на колясках.	4	2	6	20		
2	Тема 1.1. Теоретико-методические основы баскетбола на колясках.	4	2	4	10		
3	Тема 1.2. Методика использования инвалидной коляски	4		2	10		
4	Раздел 2.Подготовка спортсменов в баскетболе на колясках.	4		6	24		
6	Тема 2.1 Физическая подготовка баскетболистов на колясках	4		2	8		
7	Тема 2.2 Техническая подготовка	4		2	8		
8	Тема 2.3. Тактическая подготовка в баскетболе на колясках.	4		2	8		
9	Раздел 3. Организационные особенности учебно-тренировочного и соревновательного процесса в баскетболе на колясках.	4		6	18		
10	Тема 3.1. Базовые аспекты учебно-тренировочных занятий по баскетболу на колясках.	4		4	8		
11	Тема 3.2. Судейство баскетбола на колясках	4		2	10		
Итого часов: 82			2	18	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине(модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Баскетбол на колясках» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине(модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

1. Особенности воспитания силовых способностей у лиц,использующих инвалиднуюколяску.
2. Особенности обучения двигательным действиям лиц, использующих инвалиднуюколяску.
3. Роль подвижных и спортивных игр в социальной адаптации лиц с ПОДА.
4. Дозирование нагрузок при занятиях игровыми видами спорта со спортсменами сПОДА.
5. Воспитание скоростной выносливости у лиц сПОДА.
6. Воспитание скоростно-силовых способностей у лиц сПОДА.
7. Нормы, правила и содержаниепротеста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу наколясках.
9. Методика тактико-технической подготовки по баскетболу наколясках спортсменов различных возрастныхгрупп.
- 10.Современные средства восстановления организма спортсменов-баскетболистов наколяске.

Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины **«Баскетбол на колясках»**

1. Специальные методические принципы обучения технике баскетбола наколясках.
2. Противопоказания к занятиям баскетболом наколясках.
3. Положение о соревновании и методика егоразработки.
4. Жесты судьи в баскетболе наколясках
5. Основы методики судейства вполе.
6. Перечислите основные виды нарушений в нападении в баскетболе на колясках.
7. Перечислите основные виды нарушений в защите в баскетболе на колясках.

8. Требования, предъявляемые к спортивному залу для игры в баскетбол на колясках.
9. Физическая подготовка как составляющая часть комплексного учебно-тренировочного занятия баскетболистов на колясках различных возрастных категорий.
10. Методика воспитания скоростной выносливости у баскетболистов на колясках.
11. Формирование психологического настроя в команде.
12. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в защите и их краткая характеристика.
13. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в нападении и их краткая характеристика.
14. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-баскетболистов на колясках. Допуск к участию в соревнованиях.
15. Обеспечение личной техники безопасности при занятиях баскетболом на колясках.
16. Обеспечение безопасности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях баскетболом на колясках.
17. Методика тестирования технической подготовленности баскетболистов на колясках.
18. Построение системы многолетней подготовки баскетболистов на колясках.
19. Теоретическая подготовка баскетболистов на колясках.
20. Командные тактические действия баскетболистов на колясках в нападении.
21. Командные тактические действия баскетболистов на колясках в защите.
22. Управление восстановлением в процессе подготовки баскетболистов на колясках.
23. Педагогический контроль на занятиях баскетболом на колясках.
24. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по баскетболу на колясках.
25. Профилактика травматизма на занятиях баскетболом на колясках.
26. Техника владения мячом в баскетболе на колясках. Методика обучения.
27. Методика организации и проведения соревнований по баскетболу на колясках.
28. Виды тренировочных занятий в баскетболе на колясках.

Контрольные вопросы для самопроверки знаний

1. Перечислите основные типы инвалидных колясок.
2. Какие категории лиц с ПОДА могут участвовать в баскетболе на колясках.
3. Правила комплектования команды в баскетболе на колясках

4. Каковы требования, предъявляемые к местам занятий баскетболом на колясках?
5. Какие упражнения противопоказаны в разминке баскетболистов на колясках?
6. Перечислите основные возможные нарушения в атаке в баскетболе на колясках.
7. В каких случаях назначается дополнительное игровое время?
8. Когда, как и кто имеет право брать тайм-аут?
9. Каким образом происходят замены в баскетболе на колясках?
10. Перечислите основные возможные нарушения в защите в баскетболе на колясках.
11. В каких случаях назначается штрафной бросок в баскетболе на колясках?
12. Каковы полномочия судьи в баскетболе на колясках?
13. Каковы официальные документы соревнований?
14. Спортивно-медицинская классификация в баскетболе на колясках
15. Как и кому подается протест на соревнованиях?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

А) Основная литература

1. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр : [учеб. пособие] / Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Е.Ю. Ковыршина . — Омск : Изд-во СибГУФК, 2017 .— 109 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=640977>

Б) Дополнительная литература: -

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Научная	электронная	библиотека	eLIBRARY.RU
http://elibrary.ru/defaultx.asp http://psyfactor.org/partners.htm			

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс (rusada.ru)
2. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
3. Сайт для инвалидов по реабилитации инвалида-колясочника, спинальника и др. - <https://aupam.ru>
4. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
5. Фонд поддержки инвалидов "Единая страна" - <https://www.rfpi.ru/>
6. Информационно–аналитический портал Государственной программы российской федерации «Доступная среда» - <https://zhit-vmeste.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>
3. Всероссийское общество инвалидов - <https://www.voi.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу *«Баскетбол на колясках»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Баскетбол на колясках» для обучающихся института ИТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очная форма (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр очная форма обучения,
Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
<i>Выступление на семинаре «Современные типы инвалидных колясок»</i>		10*
<i>Выступление на семинаре «План-конспект УТЗ по технической подготовке в баскетболе на колясках»</i>		10*
<i>Написание реферата по теме «Разработка тренировочной программы по баскетболу на колясках»</i>		30*
<i>Посещение занятий</i>		3 балла x 1 занятие = 30 баллов
<i>Зачет по дисциплине</i>		20*
ИТОГО		100 баллов

*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Современные типы инвалидных колясок»	10
2	Контрольная работа по разделу(модулю) «План-конспект УТЗ по технической подготовке в баскетболе на колясках»	10
3	Написание реферата по теме «Разработка тренировочной программы по баскетболу на колясках»	30

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Элективные курсы по физической культуре
«Баскетбол на колясках»**

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 ак.ч.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 4(очная)

3. Цель освоения дисциплины (модуля): является формирование у бакалавров педагогических навыков организации учебно-тренировочного процесса по баскетболу на колясках для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): по результатам освоения дисциплины «Баскетбол на колясках» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	4		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	4		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;	4		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	4		
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	4		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	4		
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	4		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	4		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	4		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	4		

5. Краткое содержание дисциплины(модуля):

Трудоемкость 82 ак.ч.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа		
1	Раздел 1. Общая характеристика баскетбола на колясках.	4	2	6	20		
2	Тема 1.1. Теоретико-методические основы баскетбола на колясках.	4	2	4	10		
3	Тема 1.2. Методика использования инвалидной коляски	4		2	10		
4	Раздел 2.Подготовка спортсменов в баскетболе на колясках.	4		6	24		
6	Тема 2.1 Физическая подготовка баскетболистов на колясках	4		2	8		
7	Тема 2.2 Техническая подготовка	4		2	8		
8	Тема 2.3. Тактическая подготовка в баскетболе на колясках.	4		2	8		
9	Раздел 3. Организационные особенности учебно-тренировочного и соревновательного процесса в баскетболе на колясках.	4		6	18		
10	Тема 3.1. Базовые аспекты учебно-тренировочных занятий по баскетболу на колясках.	4		4	8		
11	Тема 3.2. Судейство баскетбола на колясках	4		2	10		
Итого часов: 82			2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные курсы по физической культуре
«Волейбол сидя»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая
культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*.
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составитель:

Щербинина Ю. Л, канд.пед.наук, доцент кафедры ТиМ АФК; Жуков Ю.Ю.,
канд.пед.наук, доцент кафедры ТиМ АФК

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины(модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Волейбол сидя» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков игре в волейбол сидя с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Волейбол сидя» является дисциплиной вариативной части.

Освоение дисциплины «Волейбол сидя» взаимосвязано и предшествует изучению дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», «Технологии физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата», «Адаптивный спорт», «Инклюзивные программы адаптивной физической культуры».

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Владеть способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	1		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	1		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	1		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	1		

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часов (из них 20 аудиторных и 62 самостоятельной работы).

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1. Особенности методики технико-тактической подготовки	1	2	16	52		
1.1. Теоретические основы игры «волейбол сидя»		2		12		
1.2. Обучение и совершенствование техники нападения	1		4	10		
1.3. Обучение и совершенствование техники защиты	1		4	10		
1.4. Обучение и совершенствование тактики и техники нападения	1		4	10		
1.5. Обучение и совершенствование тактики и техники защит	1		4	10		
2. Организация и проведение соревнований	1		2	10		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Волейболсидя».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Волейбол сидя» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Волейбол сидя».

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. История развития волейбола в России.
2. Классификация техники игры в нападении
3. Классификация техники игры в защите
4. Общие понятия о тактике игры.
5. Классификация тактики игры в нападении.
6. Классификация тактики игры в защите.
7. Тактические действия при подаче.
8. Тактические действия при первой передаче.
9. Тактические действия при второй передаче.
10. Тактические действия при блоке.
11. Тактические действия при приеме мяча
12. Основы методики обучения технике игры в волейбол.
13. Система счета результата игры (правила игры).
14. Жесты судьи.
15. Правила игры в волейбол сидя, отличные от правил в классическом волейболе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Волейбол сидя».

А) Основная литература

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие / ред. С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2014 . <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279258>

Б) Дополнительная литература

2. Волейбол: теория и практика : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта / ред. В.В. Рыцарев .— Москва : Спорт, 2016 .— 455 с.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=641158>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
– <http://elibrary.ru/defaultx.asp> <http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. [Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс \(rusada.ru\)](http://rusada.ru)
2. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
3. Сайт «Жизнь после травмы спинного мозга» - <http://www.paralife.narod.ru/>
4. Информационный портал «Информиио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
5. Фонд поддержки инвалидов "Единая страна" - <https://www.rfpi.ru/>

6. Информационно–аналитический портал Государственной программы российской федерации «Доступная среда» - <https://zhit-vmeste.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>
3. Всероссийское общество инвалидов - <https://www.voi.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «Волейбол сидя» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая спортивный зал, волейбольную сетку, мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Волейбол сидя для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура» направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины (модуля) 1 семестр (очная форма).
Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	План-конспект разминки	3-я неделя	16
2	Передачи верхние двумя руками над собой	5-я неделя	10
3	Передачи верхние двумя руками в парах	7-я неделя	15
4	Передачи верхние двумя руками над собой	10-я неделя	10
5	Передачи снизу двумя руками в парах	13-я неделя	15
6	Посещение занятий	Весь период	0,5*27=14
7	Сдача зачета	.	20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
3.	Разработка плана-конспекта по пропущенной теме	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Волейбол сидя»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
«Адаптивная физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная.*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Волейбол сидя» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков игре в волейбол сидя с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Волейбол сидя» является дисциплиной вариативной части.

Освоение дисциплины «Волейбол сидя» взаимосвязано и предшествует изучению дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», «Технологии физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата», «Адаптивный спорт», «Инклюзивные программы адаптивной физической культуры».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Владеть способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	1		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	1		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	1		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	1		

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часов (из них 20 аудиторных и 62 самостоятельной работы).

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1. Особенности методики технико-тактической подготовки	1	2	16	52		
1.1. Теоретические основы игры «волейбол сидя»		2		12		
1.2. Обучение и совершенствование техники нападения	1		4	10		
1.3. Обучение и совершенствование техники защиты	1		4	10		
1.4. Обучение и совершенствование тактики и техники нападения	1		4	10		
1.5. Обучение и совершенствование тактики и техники защит	1		4	10		
2. Организация и проведение соревнований	1		2	10		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Голбол и торбол»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная
физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составитель:

Щербина Ю. Л, канд.пед.наук, доцент кафедры ТиМ АФК; Жуков Ю.Ю.,
канд.пед.наук, доцент кафедры ТиМ АФК

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Голбол и торбол» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков в играх для незрячих людей с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями на занятиях спортивными играми.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине(модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	3		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	3		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	3		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	3		
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	3		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	3		
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	3		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	3		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;	3		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	3		

3. Краткое содержание дисциплины(модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел I. Голбол/торбол как спортивные игры для лиц с патологией зрения	3	2	6	16		
Тема 1.2. Организационные основы проведения занятий по голболу/торболу	3	2	2	8		
Тема 1.3. Методические основы проведения занятий по голболу/торболу	3		4	8		
Раздел 2. Система подготовки спортсменов в голболе/торболе	3		10	34		
Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка голболистов/торболистов	3		2	8		
Тема 2.2. Техническая подготовка голболистов/торболистов	3		4	8		
Тема 2.3. Тактическая подготовка голболистов/торболистов	3		2	8		
Тема 2.4. Интегральная подготовка голболистов/торболистов	3		2	10		
Раздел 3. Организация и проведение соревнований	3		2	12		
Тема 3.1. Методика проведения соревнований	3		2	12		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Голбол и торбол».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Голбол и торбол» (Приложения к рабочей программе дисциплины(модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Голбол и торбол».

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-гоболистов.
2. Противопоказания со стороны зрительного анализатора к занятиям голболом.
3. Обеспечение личной техники безопасности при занятиях голболом.
4. Обеспечение безопасности спортсменов на занятиях голболом.
5. Методика обучения ориентировке на поле спортсменов-гоболистов. Развитие слухового анализатора и тактильной чувствительности.
6. Особенности методики построения тренировочного процесса при занятиях голболом в различных возрастных группах.
7. Методика развития специальных физических качеств у спортсменов со зрительной патологией.
8. Перечислите основные виды нарушений в голболе.
9. Назовите основные виды бросков в голболе и дайте их характеристику.
10. Требования, предъявляемые к спортивному залу для игры в голбол.
11. Физическая подготовка как составляющая часть комплексного тренировочного занятия голболистов/торболистов различных возрастных категорий.
12. Методика развития скоростной выносливости у голболистов.
13. Формирование психологического настроя в команде.
14. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в защите и их краткая характеристика.
15. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в нападении и их краткая характеристика.
16. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-торболистов. Допуск к участию в соревнованиях.
17. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям торболом.
18. Обеспечение личной техники безопасности при занятиях торболом.
19. Обеспечение безопасности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях торболом.
20. Методика обучения ориентировке на поле спортсменов-торболистов. Развитие слухового анализатора.
21. Особенности методики построения тренировочного процесса при занятиях торболом в различных возрастных группах.

22. Перечислите основные виды нарушений в торболе и виды наказаний за них.
23. Назовите основные виды бросков в торболе и дайте их характеристику.
24. Требования, предъявляемые к спортивному залу для игры в торбол.
25. Физическая подготовка как составляющая часть комплексного тренировочного занятия торболистов различных возрастных категорий.
26. Методика развития скоростной выносливости и взрывной силы у торболистов.
27. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в защите при игре в торбол и их краткая характеристика.
28. Понятие об индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в нападении при игре в торбол и их краткая характеристика.
29. Методика организации и проведения соревнований.
30. Процедура судейства встречи двух команд.

Темы рефератов:

1. Роль и место занятий командными видами спорта в системе реабилитации слабовидящих спортсменов.
2. Особенности развития координации у слабовидящих детей.
3. Особенности физической подготовки слабовидящих подростков.
4. Роль подвижных игр в социальной адаптации лиц с депривацией зрения.
5. Дозирование нагрузок при занятиях игровыми видами спорта со слепыми спортсменами.
6. Развитие скоростной выносливости у лиц с нарушением зрения.
7. Развитие скоростно-силовых способностей лиц с нарушением зрения.
8. Нормы, правила и содержание протеста.
9. Организация и проведение соревнований по голболу (торболу).
10. Методика подготовки по голболу (торболу) спортсменов различных возрастных групп.
11. Современные средства восстановления организма спортсменов-гоболистов/торболистов.

Контрольные вопросы для самопроверки знаний:

1. История развития голбола/торбола в России.
2. Когда и кем была изобретена голбол/торбол.
3. Спортсмены какого класса согласно спортивно-медицинской классификации могут играть в голбол (торбол)?
4. Каковы требования, предъявляемые к местам занятий голболом?
5. Какие упражнения противопоказаны в разминке незрячих спортсменов?

6. Требования, предъявляемые к мячу для занятий голболом/торболом?
7. В каких случаях назначается дополнительное игровое время?
8. Когда, как и кто имеет брать тайм-аут?
9. Каким образом происходят командные замены в голболе/торболе?
10. Какие виды нарушений встречаются в голболе /торболе?
11. В каких случаях назначаются пенальти в голболе?
12. Каковы полномочия судьи в голболе/торболе?
13. Каковы официальные документы соревнований?
14. Какие типы соревнований применяются на Чемпионатах при 4-х (6, 7-9, 10-16) командах-участницах?
15. Как и кому подается протест?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Голбол и торбол».

а) основная литература:

1. Корнев, А.В. Техника и тактика игры в голбол / А.В. Корнев, М.А. Правдов // Теория и практика физ. культуры. - 2017. - № 4. - С.20-22.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=257693&DocQuerID=11529054&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) дополнительная литература:

1. Голбол (спорт слепых) / ред. М.А. Правдов; А.В. Корнев .— Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2013 .— 111 с.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=282796>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;

4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс (rusada.ru)
2. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
3. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
4. Международная ассоциация спортивной информации <http://www.iasi.org/>
5. Информационно–аналитический портал Государственной программы российской федерации « Доступная среда» - <https://zhit-vmeste.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

2. Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>

3. Общероссийская общественная организация инвалидов «Всероссийское ордена Трудового Красного Знамени общество слепых» - <https://www.vos.org.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «Голбол и торбол» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая спортивный зал, ворота, мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Голбол и торбол для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»

направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация по очной форме обучения

I. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля) 3 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Опрос «Правила игры в голбол. Жесты судьи»	3-я неделя	16
2	План-конспект подготовительной части занятия	6-я неделя	15
3	Комплекс СФП для начинающих торболистов	10-я неделя	20
4	Защита реферата	14-я неделя	20
5	Посещение занятий	Весь период	0,5*27=14
6	Сдача зачета	.	15
ИТОГО			100 баллов

Заочная форма обучения

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
1	Опрос «Правила игры в голбол. Жесты судьи»	20
2	План-конспект подготовительной части занятия	23
3	Комплекс СФП для начинающих торболистов	23
4	Посещение занятий	0,5*27=14
5	Сдача зачета	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
	<i>Разработка плана-конспекта по пропущенной теме</i>	<i>20</i>

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Голбол и торбол»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная
физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, Лечебная
физическая культура, Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82** академических часа.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 3 семестр на очной форме обучения

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Голбол и торбол» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков в играх для незрячих людей с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями на занятиях спортивными играми.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине(модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	3		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	3		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	3		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	3		
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	3		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	3		
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	3		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	3		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;	3		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	3		

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 **академических часа**.

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел I. Голбол/торбол как спортивные игры для лиц с патологией зрения	3	2	6	16		
Тема 1.2. Организационные основы проведения занятий по голболу/торболу	3	2	2	8		
Тема 1.3. Методические основы проведения занятий по голболу/торболу	3		4	8		
Раздел 2. Система подготовки спортсменов в голболе/торболе	3		10	34		
Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка голболистов/торболистов	3		2	8		
Тема 2.2. Техническая подготовка голболистов/торболистов	3		4	8		
Тема 2.3. Тактическая подготовка голболистов/торболистов	3		2	8		
Тема 2.4. Интегральная подготовка голболистов/торболистов	3		2	10		
Раздел 3. Организация и проведение соревнований	3		2	12		
Тема 3.1. Методика проведения соревнований	3		2	12		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики единоборств

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Единоборства»

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

Направленность (профиль):
«Лечебная физическая культура,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования:

бакалавриат Форма обучения:

очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Махмудов Мехтихан Магамедханович – доцент кафедры ТиМ единоборств
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Жуков Юрий Юрьевич -к.п.н. доцент кафедры ТиМ единоборств ФГБОУ ВО
«РГУФКСМиТ»

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «Единоборства» основной целью программы дисциплины «Единоборства» является успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре единоборств в целом необходимых для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), для осуществления деятельности в адаптивном физическом воспитании.

Дисциплина (модуль) реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Единоборства» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников активного подхода при решении задач, быстро и адекватно действовать в неожиданно возникающих ситуациях их профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая культура и спорт, анатомия и морфология человека, режиссура массовых представлений и рекреационно-оздоровительных программ, безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствии с этим, программа дисциплины «Единоборства» является интегрирующей, формирующей одну из универсальных компетенций бакалавра по рекреации и спортивно-оздоровительному туризму.

Окончательное формирование компетенций осуществляется в ходе практик и оценивается в ходе ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
УК-7	7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	3
	7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	3

	7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	3

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82 академических часа**.

Распределение учебных часов

№	Разделы (модули) дисциплины	Семе		Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Л	П	СР С	
I часть. Введение в курс дисциплины. Вспомогательные элементы техники единоборств							
2.1	Раздел 1. Теоретические и методические предпосылки к приемам защиты	3		2		10	
2.2	Раздел 2. Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов. Обще и специально подготовительные упражнения в единоборствах.	3			2	6	
2.3	Раздел 3. Страховка и самостраховка при падениях на спину, на бок, вперед на руки	3			2	6	
2.4	Раздел 4. Техника ведения борьбы верхом	3			2	4	
2.5	Раздел 5. Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в дебюты. в теснение, в перетягивание.	3			2	4	
Всего за 1-ю часть: 40 часов				2	8	30	
II часть. Основные элементы техники и тактики единоборств							
1.1.	Раздел 1. Техника единоборств в стойке: броски, переводы, сваливания, и защиты от них	3			2	10	
1.2.	Раздел 2. Техника единоборств в партере (положение лежа): броски, перевороты, удержания, выходы на верх, болевые, удушающие и защиты от них.	3			2	6	

1.3	Раздел 3. Удары и защиты от них: руками, ногами, головой.	3		2	6	
1.4	Раздел 4. Тактические действия в единоборствах: маневрирование, вызов, угроза, маскировка, подавление.	3		2	6	
1.5.	Раздел 5. Поединки с применением ранее изученных действий в стойке и партере (положении лежа).	3		2	4	
Всего за 2-ю часть: 42 часа				10	32	
Всего за курс: 82 часа			2	18	62	Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Единоборства» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Содержание зачетных требований для студентов в 3 семестре очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

1. Классификация видов единоборств.
2. Правила ведения схваток и боев в одном из видов единоборств.
3. Различия в технике и тактике единоборств с оружием и без него.
4. Личностные качества единоборца.
5. Состав базовых действий.
6. Состав ложных действий.
7. Формирование личностных качеств в сочетании с волевыми усилиями.
8. Использование конкретных замыслов противника для подбора средств противодействия.
9. Единоборства в олимпийской программе (от панкратиона до современных олимпиад).
10. Нормативно-правовые документы развития единоборств в РФ.
11. Государственные и общественные организации, отвечающие за развитие единоборств в РФ.
12. Требования к безопасности организации занятий единоборствам.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Самбо [Электронный ресурс] : программа / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков, Федер. агентство по физ. культуре и спорту .— М. : Советский спорт, 2008 .— 119 с. — (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва) .— ISBN 978-5-9718-0292-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293652>

2. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. Для слушателей образоват. Учреждений и подразделений дополнит. Проф. Образования. – М.: Физкультура и спорта, 2008. – 232 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59011&DocQuerID=11548797&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=59011&DocQuerID=11548797&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=59011&DocQuerID=11548797&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Игуменов В.М. Спортивная борьба: Учеб. для студентов и учащихся фак. (отд-ний) физ. воспитания пед. учеб. заведений / Игуменов В.М., Подливаев Б.А. - М.: Просвещение, 1993. - 240 с.: ил.

[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=79050&DocQuerID=11548809&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=79050&DocQuerID=11548809&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=79050&DocQuerID=11548809&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Туманян Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению 032100, 032101: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.С. Туманян. - М.: Academia, 2006. - 591 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=206557&DocQuerID=11548842&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=206557&DocQuerID=11548842&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=206557&DocQuerID=11548842&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

6. Единоборства : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 – «Физ. культура», профилю – «Спорт. подготовка» / В.М. Игуменов, И.Д. Свищев, Л.Г. Рыжкова, А.Б. Моисеев; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) .— Москва : РГУФКСМиТ, 2015 .— 35 с. <https://rucont.ru/efd/839419>

б) дополнительная литература:

1. Степанов, С.В. Единоборства как средство развития личности : учебник / Е.В. Головихин; С.В. Степанов .— Москва : Советский спорт, 2020 .— 653 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/744410/info>

2. Тышлер Д.А. Фехтование: техн. - такт, и функцион. тренировка / Д.А. Тышлер, Л.Г. Рыжкова. - М.: Акад. проект, 2010. - 183 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=188132&DocQuerID=11548871&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=188132&DocQuerID=11548871&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=188132&DocQuerID=11548871&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3. Чумаков, Е.М. Сто уроков самбо / Е.М. Чумаков ; под ред. С.Е. Табаков. - Изд. 7-е, испр. и доп. - М.: ТБТ Дивизион, 2021. - 474 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=347696&DocQuerID=11551117&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=347696&DocQuerID=11551117&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=347696&DocQuerID=11551117&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100: доп. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М.: Сов. спорт, 2011. - 447 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195574&DocQuerID=11551144&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. www.sambo.ru - Сайт Всероссийской федерации самбо;
2. www.judo.ru – Сайт федерации дзюдо России;
3. www.wrestrus.ru - Сайт Федерации спортивной борьбы России.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – MicrosoftWindows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – MicrosoftOffice 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа AdobeAcrobatReader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс (rusada.ru)
2. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
3. Международная ассоциация спортивной информации <http://www.iasi.org/>
4. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.
<http://elibrary.ru/defaultx.asp>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия
<https://www.garant.ru/>
3. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Единоборства» для обучающихся института ИТРРиФ,
2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание, Лечебная
физическая культура, Физическая реабилитация

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр очной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: зачет

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Формы организации и содержания занятий по единоборствам. 2. Основные стойки, передвижения, захваты. Освобождения от захватов. Обще и специально подготовительные упражнения в единоборствах. 3. Страховка и самостраховка при падениях на спину, на бок, вперед на руки. 4. Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в дебюты. в теснение, в перетягивание. 5. Техника единоборств в стойке: броски, переводы, сваливания, и защиты от них 6. Техника единоборств в партере (положение лежа): броски, перевороты, удержания, выходы на верх, болевые, удушающие и защиты от них. 7. Удары и защиты от них: руками, ногами, головой. 8. Тактические действия в единоборствах: маневрирование, вызов, угроза, маскировка, подавление. 9. Поединки с применением ранее изученных действий в стойке и партере (положении лежа).	2 неделя 3 неделя 4 неделя 5неделя 6 неделя 7 неделя 8 неделя 9 неделя 10 неделя	5 5 5 10 10 5 10 10 10
3	Сдача зачета (рубежный контроль)	11 неделя	15
Всего:			100

*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»	15
3	Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»	15
4	Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»	15
5	Реферат по теме: «Общие основы единоборств»	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики единоборств

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Единоборства»

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

Направленность (профиль):
«Лечебная физическая культура,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 часа.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 3 (очная).

3. Цель освоения дисциплины (модуля): сформировать у бакалавров педагогические навыки организации тренировочного процесса и соревнований по фехтованию на колясках для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
УК-7	7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	3
	7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	3
	7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	3

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82 академических часа.**

Распределение учебных часов

№	Разделы (модули) дисциплины			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра);
				Л	П	С Р С	
							форма промежуточной аттестации (по семестрам)
I часть. Введение в курс дисциплины. Вспомогательные элементы техники единоборств							
2.1	Раздел 1. Теоретические и методические предпосылки к приемам защиты	3		2		10	
2.2	Раздел 2. Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов. Обще и специально подготовительные упражнения в единоборствах.	3			2	6	
2.3	Раздел 3. Страховка и самостраховка при падениях на спину, на бок, вперед на руки	3			2	6	
2.4	Раздел 4. Техника ведения борьбы верхом	3			2	4	
2.5	Раздел 5. Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в дебюты. в теснение, в перетягивание.	3			2	4	
Всего за 1-ю часть: 40 часов				2	8	30	
II часть. Основные элементы техники и тактики единоборств							
1.1.	Раздел 1. Техника единоборств в стойке: броски, переводы, сваливания, и защиты от них	3			2	10	
1.2.	Раздел 2. Техника единоборств в партере (положение лежа): броски, перевороты, удержания, выходы на верх, болевые, удушающие и защиты от них.	3			2	6	
1.3	Раздел 3. Удары и защиты от них: руками, ногами, головой.	3			2	6	
1.4	Раздел 4. Тактические действия в единоборствах: маневрирование, вызов, угроза, маскировка, подавление.	3			2	6	
1.5.	Раздел 5. Поединки с применением ранее изученных действий в стойке и партере (положении лежа).	3			2	4	
Всего за 2-ю часть: 42 часа					10	32	
Всего за курс: 82 часа				2	18	62	Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-гольф в адаптивной физической культуре»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание,
Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики ИИиИВС
Протокол № 19 от «21» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики ИИиИВС
Протокол №__от «__»_____20__г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Протокол №__от «__»_____20__г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Протокол №__от «__»_____20__г.

Составитель: Яковлев Б. А., к.п.н, доцент, заведующий кафедрой ТиМ
индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта;
Яковлева Н. Б., преподаватель кафедры ТиМ индивидуально-игровых и
интеллектуальных видов спорта.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. «Мини-гольф в АФК» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию мини-гольфа как средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием мини-гольфа для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения;

Дисциплина (модуль) «Мини-гольф в АФК» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Мини-гольф в АФК» включена в базовый цикл (Б.1) вариативной части (В) обязательных дисциплин (ДВ) основной образовательной программы Б.1.В.ДВ Элективных курсов по физической культуре (очно/заочная форма) составлена в соответствии с требованиями третьего ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Содержание дисциплины обеспечивает ее сопряжение общенаучным и профессиональным циклам учебного плана подготовки бакалавра по ФГОС ВО 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура).

Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам Технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Биомеханика двигательной деятельности», «Комплексная реабилитация

больных и инвалидов», «Физиологические механизмы адаптации и компенсации нарушенных функций», «Физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья», «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций».

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся мини-гольфом. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования в процессе подготовки игрока в мини-гольф, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	1		
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	1		
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	1		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82 академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Мини-гольф в системе физического воспитания России	1	2	4	18		
1.1	Введение в дисциплину	1					
1.2	История мини-гольфа. Развитие гольфа в мире и России	1	2		10		
1.3	Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	1		2			
1.4.	Техника безопасности	1		2	8		
2.	Правила и этикет	1		2	14		
2.1.	Основные правила игры	1		2	10		
2.2.	Этикет и терминология в мини-гольфе	1			4		
3.	Инвентарь, оборудование и аксессуары	1		6	14		
3.1	Оборудование игровых полей в мини-гольф	1		2	6		
3.2	Аксессуары	1		2			
3.3	Инвентарь	1		2			
3.3.1	Клюшки	1					
3.3.2	Мячи	1			8		
4.	Техника игровых действий в мини-гольфе.	1		2	12		
4.1.	Физические и биомеханические	1			6		

	принципы совершения результативных игровых действий						
4.2.	Основы техники в мини-гольфе	1		2			
4.3.	Обучение игровым действиям в мини-гольфе	1			6		
5.	Тактика прохождения площадок	1		2			
6.	Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	1		2			
7.	Организация и проведение соревнований по мини-гольфу	1			4		
	Итого часов: 82		2	18	62		Зачет

5.Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Вопросы для зачета

1. Мини-гольф как вид спорта и спортивная дисциплина.
2. Техника безопасности и правила оказания первой медицинской помощи.
3. История мини-гольфа. Образование Международной федерации мини-гольфа. Эволюция конструкции полей для мини-гольфа.
4. Крупнейшие международные и российские турниры по мини-гольфу.
5. Требования ЕВСК к выполнению квалификационных норм игроков в мини-гольф.
6. Различные типы стандартных мини-гольф полей для спортивного мини-гольфа. Сертификация полей. Размеры площадок и лунок.
7. Спортивные секции мини-гольфа в ДЮСШ, СДЮСШОР и ШВСМ.
8. Мини-гольф как вид активного отдыха.
9. Правила мини-гольфа. Требования к клюшкам и мячам. Лицензирование мячей.

10. Совершение игровых действий. Установка мяча. Правила совершения ударов.
11. Правила счета ударов. Игра на счет ударов и матчевая игра (на счет выигранных дорожек). Равенство результатов. Переигровка.
12. Правила записи счета. Счетная карточка. Обязательные сведения и графы на счетной карточке. Правила фиксации счета в зависимости от количества игроков в группе.
13. Терминология в мини-гольфе. Основные определения и понятия.
14. Возрастные категории. Правила объединения категорий в зависимости от количества участников. Командные соревнования. Соревнования клубных команд.
15. Характеристики клюшек для мини-гольфа и их конструктивные особенности.
16. Математический и физический маятники. Аналогия движения клюшки в мини-гольфе с движением физического маятника. Математическая модель игровых действий.
17. Мячи для мини-гольфа. Параметры мячей для мини-гольфа.
18. Шероховатость поверхности мяча. Масса мяча. Жесткость мяча. Отскок мяча. Диаметр мяча. Их влияние на дальность качения мяча.
19. Приспособления и устройства используемые при игре. Использование вспомогательных устройств. Устройства, облегчающие прицеливание.
20. Устройства нагрева (охлаждения) мячей. Схемы и письменные записи. Защита от ветра. Термометры, хронометры, дальнометры, зонты.
21. Выбор и подготовка мячей для игры. Нагрев и охлаждение. Специальные устройства и приспособления для сохранения желаемых параметров мячей.
22. Техника выполнения ударов в мини-гольфе. Фазовый состав игрового движения в мини-гольфе.
23. Факторы, определяющие траекторию мяча. Подготовка к удару. Стойка игрока. Прицеливание.

24. Различные способы хвата клюшки, позиции для правой и левой.
Субъективная величина усилий при удержании клюшки.
25. Фазовый состав игрового движения в мини-гольфе. Звенья тела, участвующие в движении. Кинематическая цепь звеньев тела, вовлекаемых в движение.
26. Проприорецептивные ощущения величины угла отведения клюшки при замахе. Субъективные ощущения начальной скорости мяча по величине и направлению.
27. Контроль направления. Контроль дистанции. Типичные ошибки и их исправление.
28. Обучение игровым действиям в мини-гольфе. Целостно-конструктивный и расчленено-конструктивный метод обучения движениям. Метод сопряженного воздействия.
29. Эффективность расчленено-конструктивного метода. Исходный двигательный опыт и врожденная предрасположенность к усвоению новых движений.
30. Закономерности образования двигательного навыка. Кинестезия игрового действия в мини-гольфе.
31. Использование ограничителей движения и фиксаторов внимания при обучении игровым действиям в гольфе. Статистический анализ эффективности игровых действий.
32. Тактика в мини-гольфе. Особенности тактики игры на мини-гольф полях с различным покрытием (бетонным, фетровым, этернитовым, искусственной травой).
33. Особенности тактики игры в формате строук плей. Особенности тактики игры в формате матч плей.
34. Особенности тактики игры в командных соревнованиях.
35. Этикет и правила безопасности.
36. Организация и проведение соревнований.
37. Федерации, ассоциации, мини-гольф клубы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Яковлев Б.А. Физическая культура (мини-гольф) [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины для студентов, обучающихся по направлениям 050100.62, 034300.62 : утв. на заседании ЭМС ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=301928>
2. Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Бобкова, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. окруж. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=217569&DocQuerID=11528979&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=232680&DocQuerID=11528980&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Корольков А.Н. История гольфа [Электронный ресурс] : учеб. пособие по теории и методике гольфа : направление подгот. 034300.62 : рек. к изд. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Корольков А.Н., Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и молодежи и

туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014 Яковлев Б.А.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=239634&DocQuerID=11528981&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=239634&DocQuerID=11528981&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=239634&DocQuerID=11528981&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5. Яковлев Б.А. Мини-гольф : учеб. пособие по дисциплине "Физ. культура (мини-гольф)" : направление подгот. 44.03.01, 49.03.01 : профили подгот.: "Физ. культура", "Спортив. подгот." : [рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / Б.А. Яковлев ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2016. - 199 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=248604&DocQuerID=11528982&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=248604&DocQuerID=11528982&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=248604&DocQuerID=11528982&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) Дополнительная литература:

1. Жеребко Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - N 6. - С. 68. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=225171&DocQuerID=11528984&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=225171&DocQuerID=11528984&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=225171&DocQuerID=11528984&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
2. Корольков А.Н. Физическая подготовка в гольфе : монография / Алексей Корольков. - [Б. м.]: LAP LAMBERT Academic Publishing, [2013?]. - 167 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=212369&DocQuerID=11528985&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=212369&DocQuerID=11528985&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=212369&DocQuerID=11528985&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
3. Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченков. - Воронеж: Науч. кн., 2014. - 403 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235792&DocQuerID=11528986&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=)
[DocID=235792&DocQuerID=11528986&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235792&DocQuerID=11528986&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=)

g=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

4. Корольков А.Н. Интерпретация результатов исследований сложности лунок при игре в мини-гольф / А.Н. Корольков, Б.А. Яковлев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : Детский тренер : журнал в журнале. - 2013. - N 2. - С. 40-42.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=203540&DocQuerID=11528988&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

5. Яковлев Б.А. Теория и методика избранного вида спорта (гольф) [Электронный ресурс] : слов. по дисциплине для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению подгот. : утв. ЭМС ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. учреждения "Рос. гос.ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. Теории и методики гольфа 49.03.01. - М., 2015
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?>

DocID=246173&DocQuerID=11528989&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. www.golf.ru Интернет портал. Все о гольфе в мире.
2. www.rusminigolf.ru/mgolf/minigolf1.html Все о мини-гольфе в России

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

(https://elibrary.ru/query_results.asp)

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система <https://www.garant.ru/>).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>

Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

- 50 комплектов клюшек и бэгов;
- лаборатория клуб-фиттинга;
- 1000 мячей;
- 2 гольф-симулятора;
- анализатор кинематических характеристик мяча при выполнении

ударов вудами и айронами;

- анализатор патта;
- универсальный психодиагностический комплекс;
- видеопроектор Sanyo PLC-XU 58;
- компьютер офисный;
- ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556;
- принтер HP LaserJet 1320;
- принтер HP LaserJet 1320;
- сканер EPSON 2480;
- копировальный аппарат Canon MF 4150;
- стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный

блок);

- стационарный компьютер (монитор 17", системный блок);
- паттинг-грин;
- паттинг-дорожка.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Мини-гольф в адаптивной физической культуре» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилю Адаптивной физическое воспитание, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины : 1 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата по теме Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	5 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Правила и этикет»	8 неделя	10
3	Написание реферата по разделу «Инвентарь, оборудование и аксессуары	12 неделя	5
4	Выполнение практического задания по разделу «Основы техники в мини-гольфе»	14 неделя	10
5	Презентация по разделу Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	16 неделя	10
6	Выступление на семинаре по разделу «Организация и проведение соревнований по мини-гольфу»	17 неделя	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	30
8	Зачет		20
ИТОГО			100 баллов

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	10
2	<i>Выступление на семинаре по теме пропущенного занятия</i>	10
3	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	10
4	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
«Мини-гольф в адаптивной физической культуре»

Направление подготовки/специальность:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура,
Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 часа на очной форме обучения.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1.

3. Цель освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. «Мини-гольф в АФК» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию мини-гольфа как средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием мини-гольфа для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения;

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	1		
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	1		
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	1		

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82 академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Мини-гольф в системе физического воспитания России	1	2	4	18		
1.1	Введение в дисциплину	1					
1.2	История мини-гольфа. Развитие гольфа в мире и России	1	2		10		
1.3	Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	1		2			
1.4.	Техника безопасности	1		2	8		
2.	Правила и этикет	1		2	14		
2.1.	Основные правила игры	1		2	10		
2.2.	Этикет и терминология в мини-гольфе	1			4		
3.	Инвентарь, оборудование и аксессуары	1		6	14		
3.1	Оборудование игровых полей в мини-гольф	1		2	6		
3.2	Аксессуары	1		2			
3.3	Инвентарь	1		2			
3.3.1	Ключики	1					
3.3.2	Мячи	1			8		
4.	Техника игровых действий в мини-гольфе.	1		2	12		
4.1.	Физические и биомеханические	1			6		
	принципы совершения результативных игровых действий						
4.2.	Основы техники в мини-гольфе	1		2			
4.3.	Обучение игровым действиям в мини-гольфе	1			6		
5.	Тактика прохождения площадок	1		2			
6.	Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	1		2			
7.	Организация и проведение соревнований по мини-гольфу	1			4		
	Итого часов: 82		2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных
видов спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Элективная дисциплина по физической культуре и спорту:
«настольный теннис»**

**Направление подготовки/специальность:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль):
«Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол №01 от «27» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: **Барчукова Галина Васильевна** – доктор педагогических наук,
профессор кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и
интеллектуальных видов спорта, Заслуженный работник высшей школы РФ,
РГУФКСМиТ.

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Назаров Ю.Н. к.п.н., доцент кафедры ТиМ ИИИВС

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»

Цель освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» является: формирование у студентов представления о настольном теннисе. Обучение технике игры в настольный теннис. Совершенствование общих и специальных физических качеств. Овладение умением организации и проведения соревнований по настольному теннису для различных слоев населения.

2. Место дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» в структуре ООП (ОПОП)

Настоящая учебная дисциплина является практической основой углубления профессиональной подготовки выпускника по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и профилям «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация». Данная дисциплина способствует расширению сферы применения профессиональных навыков и умений выпускника средствами настольного тенниса, что обусловлено взаимодействием теоретических и практических знаний и умений данной учебной дисциплины, а так же применением активных методов обучения в процессе учебной деятельности.

Программный материал дисциплины опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что дает возможность строить программу на основе междисциплинарных связей.

В программе дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» определен перечень тем, обязательных для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой)

деятельности выпускника по профилю 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2	
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	2	
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	2	
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2	
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	2	
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	2	
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2	

4. Структура и содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»

Для очной формы обучения общая трудоемкость дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» составляет **82 академических часа**.

Структура и содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Настольный теннис в системе физического воспитания России	2			2		
2	2. Техника настольного тенниса	2	2	6	22		
3	2.1. Основы техники игры в настольный теннис	2	2	2	10		
4	2.3. Методика обучения техническим действиям и передвижениям	2		4	12		
5	3. Тактика настольного тенниса	2		4	14		
6	3.1. Основы тактики игры в настольный теннис	2		2	8		
7	3.2. Тактика одиночных, парных и командных игр	2		2	6		
8	4. Настольный теннис в сфере массово- оздоровительной работы	2		4	14		
9	4.1. Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	2		2	4		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	2		2	10		
11	5. Правила соревнований и методика судейства Спортивный инвентарь	2		4	10		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика судейства	2		2	6		
13	5.2. Спортивный инвентарь для массовых занятий настольным теннисом	2		2	4		
Итого часов: 82 часов			2	18	62		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис». (Приложение к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис».

Перечень видов оценочных средств, используемых для промежуточной аттестации.

1. Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»
2. Контрольный норматив подачи (5 справа, 5 слева)
3. Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали
4. Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали
5. Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали
6. Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали
7. Участие в одиночных соревнованиях
8. Участие в парных соревнованиях
9. Судейство соревнований
10. Проведение разминки

Вопросы для устного ответа на зачете

1. Расскажите о роли настольного тенниса в системе физического воспитания в нашей стране.
2. Расскажите о возникновении и развитии настольного тенниса.
3. Расскажите о развитии настольного тенниса в России.
4. Расскажите о настольном теннисе в Олимпийских играх.
5. Расскажите о современном состоянии и тенденциях развития настольного тенниса.
6. Назовите методы физического воспитания, используемые на учебном занятии по настольному теннису.
7. Приведите примеры использования практических методов на занятии по настольному теннису.
8. Приведите примеры использования наглядных методов на занятии по настольному теннису.
9. Приведите примеры использования словесных методов на занятии по настольному теннису.
10. Приведите примеры использования методов развития физических качеств на занятии по настольному теннису.
11. Расскажите о методике обучения срезке слева в настольном теннисе.
12. Расскажите о методике обучения срезке справа в настольном теннисе.
13. Расскажите о методике обучения накату справа в настольном теннисе.
14. Расскажите о методике обучения накату слева в настольном теннисе.
15. Расскажите о методике начального обучения настольному теннису.
16. Назовите основные документы, необходимые для организации и проведения соревнований по настольному теннису.
17. Расскажите об обязанностях главного судьи на соревнованиях по настольному теннису.
18. Дайте краткую характеристику обязанностей судейской коллегии на соревнованиях по настольному теннису.

- 19.Расскажите о системах проведения соревнований, используемых на соревнованиях по настольному теннису.
- 20.Какие пункты необходимо включить в положение о соревнованиях по настольному теннису.
- 21.Расскажите об обязанностях участника соревнований по настольному теннису.
- 22.Форма одежды участника соревнований по настольному теннису. 23.Виды соревнований в настольном теннисе.
- 24.Расскажите правила одиночной личной встречи в настольном теннисе.
- 25.Расскажите правила парной встречи в настольном теннисе.
- 26.Расскажите об инвентаре и оборудовании, используемом для занятий настольным теннисом.
- 27.Виды планирования в настольном теннисе.
- 28.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием игрового метода обучения.
- 29.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием соревновательного метода обучения.
- 30.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием строгорегламентированного метода.

Примерный перечень заданий тем рефератов для самостоятельной работы

1. История возникновения и развития настольного тенниса.
2. Выдающиеся отечественные игроки в настольный теннис.
3. Настольный теннис в Олимпийских играх.
4. Эволюция и развитие инвентаря для игры в настольный теннис.
5. Эволюция и развитие правил игры в настольный теннис. Причины введения новых правил игры с 2001 года.
6. Виды соревнований в настольном теннисе.
7. Техника игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.
8. Тактика игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту: настольный теннис».

а)Основная литература:

1. Команов, В.В. Тренировочный процесс в настольном теннисе : учеб.- метод. пособие / В.В. Команов .— Москва : Советский спорт, 2014 .— 400 с.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279280>
2. Барчукова, Г.В. Теория и методика настольного тенниса : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.В. Барчукова, В.М. Богушас, О.В. Матыцин. - М.: Academia, 2006. - 526 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128782&DocQuerID=11529022&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Барчукова, Г.В. Настольный теннис для всех / Г В. Барчукова. - [Изд. 2-е, перераб. и доп.]. - М.: ФиС, 2008. - 206 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187619&DocQuerID=11529023&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Барчукова, Г.В. Настольный теннис : учеб. пособие для студентов / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: ТБТ Дивизион, 2008. - 187 с.: ил.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=251933&DocQuerID=11529025&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Команов, В.В. Начальная подготовка в настольном теннисе : метод. пособие / В.В. Команов, Г.В. Барчукова, кн. издана при поддержке Пред. Попечит. совета ФНТР И.Е. Левитина ; Федерация настол. тенниса России. - М.: [б. и.], 2017. - 223 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=284801&DocQuerID=11529026&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / ред.-сост. Барчукова Галина Васильевна. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 143 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=114250&DocQuerID=11529028&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20>

[&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](#)

б)Дополнительная литература:

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис / Амелин А.Н., Пашинин В.А. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: ФиС, 1999. - 191 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=81349&DocQuerID=11529032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=81349&DocQuerID=11529032&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
2. Байгулов, Ю.П. Настольный теннис : вчера, сегодня, завтра. - М.: ФиС, 2000. - 256 с.: ил. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=81332&DocQuerID=11529033&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20
&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=81332&DocQuerID=11529033&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
3. Барчукова, Г.В. Учись играть в настольный теннис / Г.В. Барчукова. - М.: Сов. спорт, 1989. - 48 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=3983&DocQuerID=11529035&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&
Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=3983&DocQuerID=11529035&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
4. Матыцин, О.В. Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе : учеб. пособие для вузов физ. культуры : доп. Гос. ком. по физ. культуре, спорту и туризму / О.В. Матыцин. - М.: [Теория и практика физической культуры], 2001. - 203 с.: табл. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?
DocID=2225&DocQuerID=11529041&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=
Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=2225&DocQuerID=11529041&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.ittf.com>

Настольный теннис для
всех

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

[Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации \(https://emir.gov.ru/\).](https://emir.gov.ru/)

[Федерация настольного тенниса России \(https://ttfr.ru/\)](https://ttfr.ru/)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru)

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Столы для настольного тенниса
5. Мячи для настольного тенниса
6. Сетки настольного тенниса.
7. Ракетки для настольного тенниса.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине **«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»** для обучающихся **Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», профиль: «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт 2 семестр.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»	2 неделя	5
2	Контрольный норматив подачи (5 справа, 5 слева)	4 неделя	5
3	Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали	6 неделя	5
4	Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали	8 неделя	5
5	Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали	10 неделя	5
6	Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали	12 неделя	5
7	Участие в одиночных соревнованиях	13 неделя	5
8.	Участие в парных соревнованиях	15-18 неделя	5
9.	Судейство соревнований	15-18 неделя	5
10.	Проведение разминки	В течение семестра	5
11.	Посещение занятий	В течение семестра	30
12.	Зачёт		20
13.	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме «История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса»	10
2	Написание реферата по теме «Биография 3 известных спортсменов настольного тенниса»	10
3	Написание реферата по теме «Материально-техническое обеспечение в настольном теннисе»	10
4	Написание реферата по теме «Основные технические приемы настольного тенниса»	10
5	Подготовка конспекта урока с использованием средств настольного тенниса	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных
видов спорта**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Элективная дисциплина по физической культуре и спорту:
«настольный теннис»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная
физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» составляет 82 часа.

2.Семестр освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»: 2 семестр

3. Цель освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»: является: формирование у студентов представления о настольном теннисе. Обучение технике игры в настольный теннис. Совершенствовать общие и специальные физические качества. Овладение умением организации и проведения соревнований по настольному теннису для различных слоев населения.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2	
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	2	
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	2	
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2	
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	2	
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	2	
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2	

**5. Краткое содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»:
очная форма обучения**

трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Настольный теннис в системе физического воспитания России	2			2		
2	2.Техника настольного тенниса	2	2	6	22		
3	2.1.Основы техники игры в настольный теннис	2	2	2	10		
4	2.3.Методика обучения техническим действиям и передвижениям	2		4	12		
5	3.Тактика настольного тенниса	2		4	14		
6	3.1.Основы тактики игры в настольный теннис	2		2	8		
7	3.2.Тактика одиночных, парных и командных игр	2		2	6		
8	4.Настольный теннис в сфере массово- оздоровительной работы	2		4	14		
9	4.1.Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	2		2	4		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	2		2	10		
11	5.Правила соревнований и методика судейства Спортивный инвентарь	2		4	10		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика судейства	2		2	6		
13	5.2. Спортивный инвентарь для массовых занятий настольным теннисом	2		2	4		
Итого часов: 82 часов		2	18	62			зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные курсы по физической культуре

«Хоккей на полу»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

«Адаптивная физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание;

Физическая реабилитация;

Лечебная физическая культура

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*.

Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 89 от «12» сентября 2018г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 22 от «20» июня 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 2 от «3» сентября 2024г.

Составитель:

Кичигина О.Ю., ст преподаватель каф. ТиМ АФК

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Хоккей на полу» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков игре в хоккей на полу с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Хоккей на полу» является дисциплиной вариативной части. Освоение дисциплины «Хоккей на полу» взаимосвязано и предшествует изучению дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», «Технологии физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Адаптивный спорт», «Инклюзивные программы адаптивной физической культуры».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Владеть способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	2		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	2		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	2		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий	2		

	базовых видов спорта			
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности	2		
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	2		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	2		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2		

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа (из них 20 аудиторных и 62 самостоятельной работы).

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Се ме стр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Зан яти лек ци он но го тип а	Зан яти сем ина рск ого тип а	Самост оятель ная работа	Контро ль	
1. Особенности методики технико-тактической подготовки	2	2	18	62		
1.1. Теоретические основы игры «хоккей на полу»	2	2	2	8		
1.2. Обучение и совершенствование техники ведения шайбы	2		4	8		
1.3. Обучение и совершенствование техники передач	2		2	8		
1.4. Обучение и совершенствование перемещений по площадке	2		2	8		
1.5. Обучение и совершенствование техники защиты	2		2	8		
1.6. Обучение и совершенствование техники нападения	2		2	8		

1.7. Обучение и совершенствование техники удара по воротам	2		2	6		
1.8. Организация и проведение соревнований	2		2	8		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Хоккей на полу».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Хоккей на полу» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Хоккей на полу».

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. История развития хоккея на полу в России.
2. Классификация техники игры в нападении.
3. Классификация техники игры в защите.
4. Общие понятия о тактике игры.
5. Классификация тактики игры в нападении.
6. Классификация тактики игры в защите.
7. Тактические действия при розыгрыше.
8. Тактические действия при первой передаче.
9. Тактические действия при второй передаче.
10. Тактические действия при перехвате шайбы.
11. Тактические действия при приеме шайбы.
12. Основы методики обучения технике игры в хоккей на полу.
13. Система счета результата игры (правила игры).
14. Жесты судьи.
15. Правила игры в хоккей на полу, отличия от правил в классическом хоккее.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Хоккей на полу».

а) основная литература:

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 49.03.02 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / С.П. Евсеев. - М.: Спорт, 2020. - 615 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341440&DocQuerID=11529002&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=341440&DocQuerID=11529002&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=341440&DocQuerID=11529002&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

б) дополнительная литература:

2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил.
<https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279276>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU –
<http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) *Операционная система – Microsoft Windows 10;*
- 2) *Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*
- 3) *Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*
- 4) *Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

- современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руко́нт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 2) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

1. Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс (rusada.ru)
2. Журнал «Адаптивная физическая культура» - <https://afkonline.ru/>
3. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
4. Фонд поддержки инвалидов "Единая страна" - <https://www.rfpi.ru/>
5. Информационно–аналитический портал Государственной программы российской федерации «Доступная среда» - <https://zhit-vmeste.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
2. Паралимпийский комитет России <https://paralymp.ru/>
3. Специальная Олимпиада России - <https://specialolympics.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Хоккей на полу*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая спортивный зал, шайбы, клюшки, вратарские клюшки, ворота, защитная экипировка.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Хоккей на полу для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья «Адаптивная физическая культура»
направленности (профилю) Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация; Лечебная физическая культура.
очной формы обучения

I. ОБЩИЕСВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины (модуля) 2 семестр (очная форма).
Форма промежуточной аттестации: зачет

I. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Очная форма обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	План-конспект разминки	25-я неделя	18
2	Передачи с удобной стороны в парах	26-я неделя	10
3	Передачи с неудобной стороны в парах	27-я неделя	15
4	Броски по пяти целям в воротах с 5-ти метровой отметки, положения игрока на равном расстоянии от боковых бортов перпендикулярно воротам	28-я неделя	12
5	Броски по пяти целям в воротах с линий розыгрыша в 45° от ворот	29-я неделя	15
6	Посещение занятий	Весь период	2*10=20
7	Сдача зачета		10
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Количество баллов
3.	Разработка плана-конспекта по пропущенной теме	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно		4 Хорошо	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Элективные курсы по физической культуре
«Хоккей на полу»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
«Адаптивная физическая культура»
(код и наименование)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Физическая реабилитация;
Лечебная физическая культура.
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная.*
Год набора 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. Цель освоения дисциплины(модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Хоккей на полу» является изучение студентами теоретических основ и освоение практических навыков игре в хоккей на полу с учетом двигательных возможностей, требований безопасности и защищенности людей с ограниченными возможностями при занятиях адаптивной физической культурой.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП(ОПОП)

Дисциплина «Хоккей на полу» является дисциплиной вариативной части. Освоение дисциплины «Хоккей на полу» взаимосвязано и предшествует изучению дисциплин «Частные методики адаптивной физической культуры», «Технологии физического воспитания лиц с нарушениями психического развития», «Адаптивный спорт», «Инклюзивные программы адаптивной физической культуры».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Владеть способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	2		
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	2		
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников	2		
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	2		
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической	2		

	подготовленности			
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	2		
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	2		
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2		

4. Структура и содержание дисциплины(модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа (из них 20 аудиторных и 62 самостоятельной работы).

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Се ме стр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Зан яти лек цио нно го тип а	Зан яти я сем ина рско го тип а	Самост оятель ная работа	Контро ль	
1. Особенности методики технико-тактической подготовки	2	2	18	62		
1.1. Теоретические основы игры «хоккей на полу»	2	2	2	8		
1.2. Обучение и совершенствование техники ведения шайбы	2		4	8		
1.3. Обучение и совершенствование техники передач	2		2	8		
1.4. Обучение и совершенствование перемещений по площадке	2		2	8		
1.5. Обучение и совершенствование техники защиты	2		2	8		
1.6. Обучение и совершенствование техники нападения	2		2	8		
1.7. Обучение и совершенствование техники удара по воротам	2		2	6		
1.8. Организация и проведение соревнований	2		2	8		
Итого: 82		2	18	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных
компьютерных технологий

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«ФТД.В.01 Использование электронной информационно-
образовательной среды РГУФКСМиТ»**

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 1 от «27» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ компьютерного спорта и
прикладных компьютерных технологий
(наименование)
Протокол № 10 от «27» июня 2019 г.

Составители:

Проректор по учебно-методической работе Павлов Е.А., кандидат
педагогических наук, доцент

Начальник Учебно-методического управления Романенко А.Ю., кандидат
педагогических наук

Рецензент:

Директор НИИ спорта и спортивной медицины Левушкин С.П., доктор
биологических наук, профессор

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** является включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участие в содержании своего профессионального образования.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** относится к Блоку факультативных дисциплин и реализуется вне объема основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей), практик 1-го и последующих семестров.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Уровень образования: *бакалавриат*

Направление подготовки		Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этапы формирования компетенции (номер семестра)
			Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения
49.03.02	Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	1
		УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач	1
		УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи,	1

			необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	
		УК-2.3	Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений	1

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 **зачетную единицу**, 36 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	1	1	1	6		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	1		1	8		
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	1		1	8		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	1	1	1	8		
Итого часов: 36			2	4	30		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:

1. Основные правила внутреннего порядка обучающихся РГУФКСМиТ.
2. Содержание основных локальных нормативных актов РГУФКСМиТ, регламентирующих образовательный процесс.
3. Возможности материально-технической, электронно-информационной и исследовательской баз РГУФКСМиТ.
4. Основные компоненты образовательной программы, которую предстоит освоить в процессе обучения в РГУФКСМиТ.
5. Ведение личного кабинета обучающегося. Портфолио обучающегося.
6. Построение индивидуальной образовательной (образовательно-исследовательской) траектории обучающегося (на собственном примере).
7. Перспективы развития обучающегося в рамках мероприятий и деятельности, осуществляемых в РГУФКСМиТ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Куприянов, Д. В. Информационное и технологическое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для вузов / Д. В. Куприянов. — Москва : Юрайт, 2023. — 255 с. <https://urait.ru/bcode/511976>
2. Киселев, Г. М. Информационные технологии в педагогическом образовании : учебник / Г. М. Киселев, Р. В. Бочкова. — 4-е изд., стер. — Москва : Дашков и К°, 2021. — 304 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684291>

б) Дополнительная литература:

1. Технологии электронного обучения в высшей школе [Электронный ресурс] / С.Ф. Шляпина // Сибирский учитель .— 2016 .— №3 .— С. 12-15 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/501494>.
2. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРАЕКТОРИЙ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ [Электронный ресурс] / Н.Ю. Шапошникова // Наука о человеке: гуманитарные исследования. .— 2016 .— №2(24) .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/452298>.

3. СУЩНОСТЬ ДЕФИНИЦИИ «ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ТРАЕКТОРИЯ» ОБУЧАЮЩЕГОСЯ [Электронный ресурс] / Кудрина, Шефер // Педагогическая диагностика .— 2017 .— №1 .— С. 62-66 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/613039>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://lib.sportedu.ru/> - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- ***программное обеспечение дисциплины (модуля):***

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru/)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru/)
- 3) ЭБС "ЮРАЙТ". ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <https://urait.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru/)

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов – информационная система \(fgos.ru\)](http://fgos.ru/)

[Реестр примерных основных образовательных программ СПО – информационная система \(reestrspo.firpo.ru\)](http://reestrspo.firpo.ru/)

[Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система \(profstandart.rosmintrud.ru\)](http://profstandart.rosmintrud.ru/)

[Федеральный портал Российское образование – информационная система \(edu.ru\)](http://edu.ru/)

[Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru/)

Министерство Спорта РФ. Новости <https://www.minsport.gov.ru/press-center/news/?category=news>

Министерство науки и высшего образования РФ. Новости. <https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/novosti-ministerstva/>
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» <https://gtsolifk.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информιο»](http://informio.ru) – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

[Мульти-платформа In Sport](http://insportexpo.com) – профессиональная база данных (insportexpo.com)

[Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация](http://minsport.gov.ru) – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

[Антидопинговое обеспечение](http://minsport.gov.ru) – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

[Государственная информационная система «Спорт»](http://sportrf.gov.ru) – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** для обучающихся по направлению подготовки: 49.03.02 *Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)* по профилю *Лечебная физическая культура* очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания № 1 по теме: «Ведение личного кабинета»	2 - 3 неделя	40
2	Выполнение практического задания № 2 по теме: «Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем»	3 неделя	40
3	Выполнение практического задания № 3 по теме: «Функционирование современных профессиональных баз данных»	4 неделя	10
	Зачёт		10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания по теме: «Ведение личного кабинета» в части заполнения Портфолио обучающегося	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных
компьютерных технологий

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.01 Использование электронной информационно-образовательной
среды РГУФКСМиТ»**

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1 зачетную единицу.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участию в содержании своего профессионального образования.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Уровень образования: *бакалавриат*

Направление подготовки	Код компетенции	Наименование компетенции
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	1	1	1	6		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-	1		1	8		

	научных структурных подразделений РГУФКСМиТ						
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	1		1	8		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	1	1	1	8		
Итого часов: 36			2	4	30		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных
компьютерных технологий

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«ФТД.В.01 Использование электронной информационно-
образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК»»**

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 1 от «27» сентября 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ компьютерного спорта и
прикладных компьютерных технологий
(наименование)
Протокол № 10 от «27» июня 2019 г.

Составители:

Проректор по учебно-методической работе Павлов Е.А., кандидат
педагогических наук, доцент

Начальник Учебно-методического управления Романенко А.Ю., кандидат
педагогических наук

Рецензент:

Директор НИИ спорта и спортивной медицины Левушкин С.П., доктор
биологических наук, профессор

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК»** является включение обучающихся в информационно-образовательную среду РУС «ГЦОЛИФК», содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участие в содержании своего профессионального образования.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК»** относится к Блоку факультативных дисциплин и реализуется вне объема основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК»** реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей), практик 1-го и последующих семестров.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды»** проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Уровень образования: *бакалавриат*

Направление подготовки		Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этапы формирования компетенции (номер семестра)
			Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения
49.03.02	Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	1
		УК-2.1	Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач	1
		УК-2.2	Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения,	1

			<i>анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	
		УК-2.3	<i>Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений</i>	1

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 **зачетную единицу**, 36 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РУС «ГЦОЛИФК»	1	1	1	6		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РУС «ГЦОЛИФК»	1		1	8		
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РУС «ГЦОЛИФК». Ведение личного кабинета обучающегося	1		1	8		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РУС «ГЦОЛИФК»	1	1	1	8		
Итого часов: 36			2	4	30		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:

1. Основные правила внутреннего порядка обучающихся РУС «ГЦОЛИФК».
2. Содержание основных локальных нормативных актов РУС «ГЦОЛИФК», регламентирующих образовательный процесс.
3. Возможности материально-технической, электронно-информационной и исследовательской баз РУС «ГЦОЛИФК».
4. Основные компоненты образовательной программы, которую предстоит освоить в процессе обучения в РУС «ГЦОЛИФК».
5. Ведение личного кабинета обучающегося. Портфолио обучающегося.
6. Построение индивидуальной образовательной (образовательно-исследовательской) траектории обучающегося (на собственном примере).
7. Перспективы развития обучающегося в рамках мероприятий и деятельности, осуществляемых в РУС «ГЦОЛИФК».

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Куприянов, Д. В. Информационное и технологическое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для вузов / Д. В. Куприянов. — Москва : Юрайт, 2023. — 255 с. <https://urait.ru/bcode/511976>
2. Киселев, Г. М. Информационные технологии в педагогическом образовании : учебник / Г. М. Киселев, Р. В. Бочкова. — 4-е изд., стер. — Москва : Дашков и К°, 2021. — 304 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684291>

б) Дополнительная литература:

1. Технологии электронного обучения в высшей школе [Электронный ресурс] / С.Ф. Шляпина // Сибирский учитель .— 2016 .— №3 .— С. 12-15 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/501494>.
2. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТРАЕКТОРИЙ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ [Электронный ресурс] / Н.Ю. Шапошникова // Наука о человеке: гуманитарные исследования. .— 2016 .— №2(24) .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/452298>.

3. СУЩНОСТЬ ДЕФИНИЦИИ «ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ТРАЕКТОРИЯ» ОБУЧАЮЩЕГОСЯ [Электронный ресурс] / Кудрина, Шефер // Педагогическая диагностика .— 2017 .— №1 .— С. 62-66 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/613039>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://lib.sportedu.ru/> - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- **программное обеспечение дисциплины (модуля):**

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru/)
- 2) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru/)
- 3) ЭБС "ЮРАЙТ". ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <https://urait.ru/>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\).](http://informio.ru/)

[Портал Федеральных государственных образовательных стандартов – информационная система \(fgos.ru\)](http://fgos.ru/)

[Реестр примерных основных образовательных программ СПО – информационная система \(reestrspo.firpo.ru\)](http://reestrspo.firpo.ru/)

[Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система \(profstandart.rosmintrud.ru\)](http://profstandart.rosmintrud.ru/)

[Федеральный портал Российское образование – информационная система \(edu.ru\)](http://edu.ru/)

[Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система \(garant.ru\)](http://garant.ru/)

Министерство Спорта РФ. Новости <https://www.minsport.gov.ru/press-center/news/?category=news>

Министерство науки и высшего образования РФ. Новости. <https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/novosti-ministerstva/>
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» <https://gtsolifk.ru/>

ЭИОС «ГЦОЛИФК» <https://lms.sportedu.ru/>

Личный кабинет студента <https://webpr.sportedu.ru/user/sign-in/login?referrer=%2Fsite%2Findex>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информо»](http://informio.ru) – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

[Мульти-платформа In Sport](http://insportexpo.com) – профессиональная база данных (insportexpo.com)

[Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация](http://minsport.gov.ru) – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

[Антидопинговое обеспечение](http://minsport.gov.ru) – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

[Государственная информационная система «Спорт»](http://sportrf.gov.ru) – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Использование электронной информационно-образовательной среды РУС «ГЦОЛИФК» для обучающихся по направлению подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю Лечебная физическая культура очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания № 1 по теме: «Ведение личного кабинета»	2 - 3 неделя	40
2	Выполнение практического задания № 2 по теме: «Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем»	3 неделя	40
3	Выполнение практического задания № 3 по теме: «Функционирование современных профессиональных баз данных»	4 неделя	10
	Зачёт		10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического задания по теме: «Ведение личного кабинета» в части заполнения Портфолио обучающегося	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной

образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных
компьютерных технологий

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.01 Использование электронной информационно-образовательной
среды РУС «ГЦОЛИФК»**

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1 зачетную единицу.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** включение обучающихся в информационно-образовательную среду РУС «ГЦОЛИФК», содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участию в содержании своего профессионального образования.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Уровень образования: бакалавриат

Направление подготовки	Код компетенции	Наименование компетенции
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

5. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РУС «ГЦОЛИФК»	1	1	1	6		
2	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РУС	1		1	8		

	«ГЦОЛИФК»						
3	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РУС «ГЦОЛИФК». Ведение личного кабинета обучающегося	1		1	8		
4	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РУС «ГЦОЛИФК»	1	1	1	8		
Итого часов: 36			2	4	30		зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Теория и методика адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«ФТД.В.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными
возможностями здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института _____
Протокол № __ от «__» _____ 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Кичигина О.Ю., ст преподаватель каф. ТиМ АФК

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ к особенностям учебно-педагогического процесса в РУС «ГЦОЛИФК».

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю Лечебная физическая культура очной формы обучения. Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к факультативным дисциплинам.

Данная дисциплина в первую очередь направлена на социально-педагогическую адаптацию инвалидов и лиц с ОВЗ, поступивших на обучение в РУС «ГЦОЛИФК» к особенностям учебно-педагогического процесса. Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует освоению инвалидами материально-технических средств для их использования в учебном процессе. Так же она определяет профессиональную компетентность будущих педагогов через формирование у обучающихся понимания закономерностей и факторов физического и психического развития у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в разные возрастные периоды.

Данная дисциплина является важнейшей основой для формирования навыков работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, с учетом особенностей формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся. Дисциплина позволяет освоить особенности использования основных методов, приемов и средств воспитания используемых в физической культуре и спорте для лиц с инвалидностью и ОВЗ.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	_____ форма обучения (ускоренное обучение) ¹
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	2	2	
ОПК-5.1.	Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.	2	2	
ОПК-5.2	Уметь: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно- нравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; -формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной	2	2	

¹ Заполняется при наличии ускоренного обучения.

	среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.			
ОПК-5. 3.	Владеть: - подготовкой материалов и проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планированием воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составлением психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	2	2	

3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, ____72____ академических часа.

очная_ форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация лиц с ОВЗ	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2	2	4	6		
4	РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха.	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.	2	2	2	6		
8	РАЗДЕЛ 3. АФВ как средство восстановления учебной работоспособности.	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурпауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачёт

На каждую форму обучения, в том числе при ускоренном обучении, заполняется отдельная таблица.

*В графу **Форма промежуточной аттестации (по семестрам)** вносятся формы промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом, в том числе наличие курсовых работ.*

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

1. Проектное моделирование ситуативной задачи для избранной нозологической группы в рамках изучаемой дисциплины.

2. Контрольная работа на тему «Пути решения проблемы социальной адаптации детей с ОВЗ в инклюзивном образовании (дошкольное/ школьное).

5.2. Перечень оценочных средств (вопросы к зачёту) для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

1. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями зрения.
2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями слуха.
3. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ПОДА.
4. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ДЦП.
5. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ЗПР.
6. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ЗРР.
7. Психолого-педагогическая характеристика лиц с РДА.
8. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями интеллектуального развития.
9. Методики оценки психологических особенностей у лиц с ОВЗ.
10. Материально-техническое обеспечение учебного процесса лиц с нарушением слуха.
11. Материально-техническое обеспечение учебного процесса лиц с нарушением зрения.
12. Материально-техническое обеспечение учебного процесса лиц с ПОДА.
13. Основные принципы построения и проведения физкультпауз для различных нозологических групп.
14. Методика анализа коммуникативных навыков различных нозологических групп.
15. На чём основывается социальная адаптация. Критерии реализации процесса социальной адаптации.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1) Фуряева, Т. В. Социализация и социальная адаптация лиц с инвалидностью : учебное пособие для вузов / Т. В. Фуряева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 189 с. <https://urait.ru/bcode/515520>

2) Социокультурные основы реабилитации инвалидов / С.К. Хаидов .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2014 .— 133 с. <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=279671>

3) Социальная реабилитация : учебник для вузов / М. В. Воронцова, В. Е. Макаров, Т. В. Бюндюгова, Ю. С. Моздокова. — Москва : Юрайт, 2023. — 317 с. <https://urait.ru/bcode/510098>

4) Адаптация и реабилитация в социальной работе : учебное пособие / под общ. ред. Н. Ш. Валеевой ; Казанский государственный технологический университет. – 2-е изд., доп. и испр. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2011. – 587 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258376>

5) Жигарева, Н.П. Комплексная реабилитация инвалидов в учреждениях социальной защиты : учеб.-практ. пособие / Н.П. Жигарева . — 2-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2017 .— 216 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/689394>

6) Технология социальной работы : учеб. пособие для студентов вузов : рек. М-вом образования РФ / под ред. И.Г. Зайнышева. - М.: Владос: Изд-во Моск. гос. соц. ун-та, 2002. - 237 с. <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162906.pdf>

7) Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : [учеб. пособие] / О.В. Громова .— Москва : Колос-с, 2018 .— 182 с. <https://lib.rucont.ru/efd/664335>

8) Социальная работа : учеб. пособие / ред. Н.Ф. Басов .— 6-е изд., стер. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2023 .— 352 с. <https://lib.rucont.ru/efd/689452>

б) Дополнительная литература:

1) Борякова, Н.Ю. Педагогические системы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии : учеб. пособие для студентов

педвузов / Н.Ю, Борякова. - М.: АСТ: Астрель, 2008. - 223 с.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

2) Теория и организация адаптивной физической культуры : [в 2 т.] : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032102 и студентов техникумов и колледжей, обучающихся по специальности 050721 : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту. Т. 1: Введение в специальность. История и общ. характеристика адапт. физ. культуры / под. ред. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2007. - 291 с.: табл.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182070&DocQuerID=11714241&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=182070&DocQuerID=11714241&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182070&DocQuerID=11714241&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

3) Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский ; под ред. В.В. Давыдова. - М.: Педагогика, 1991. - 480 с.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=12472&DocQuerID=11714243&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=12472&DocQuerID=11714243&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=12472&DocQuerID=11714243&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

4) Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура : Психолог.-пед. характеристика детей с нарушениями в развитии: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Литош Нина Леонидовна. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 136 с. [http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107148&DocQuerID=11714245&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
[DocID=107148&DocQuerID=11714245&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107148&DocQuerID=11714245&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

5) Частные методики адаптивной физической культуры : учеб. пособие для студентов высш. и сред. проф. учеб. заведений по спец. 022500 и 0323 - Адапт. физ. культура : рек. Гос. Ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2003. - 463 с.: ил.
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117440&DocQuerID=11714246&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

[DocID=117440&DocQuerID=11714246&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117440&DocQuerID=11714246&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://lms.sportedu.ru/> ЭИОС «ГЦОЛИФК»

2. <http://rumc.sportedu.ru/> Ресурсный учебно-методический центр по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в сфере физической культуры и спорта

3. Инклюзивное образование.рф
<https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>.

4. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»
[https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ.:4](https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О%20социальной%20защите%20инвалидов%20в%20Российской%20Федерации%20от%2024%20ноября%201995%20г.%20N%20181-%D0%94%D0%97%D0%97%D0%97.:4).

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

Электронные библиотечные системы:

- 1) [Электронная библиотечная система «Руконт» \(lib.rucont.ru\)](http://lib.rucont.ru).
- 2) ЭБС "ЮРАЙТ". ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <https://urait.ru/>
- 3) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\)](http://lib.gtsolifk.ru).
- 4) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\)](http://biblioclub.ru).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)

[Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система \(medelement.com\)](http://medelement.com)

[Медицинская информационная сеть – информационная система \(medicininform.net\)](http://medicininform.net)

[Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс \(sportmedicine.ru\)](http://sportmedicine.ru)

[Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс \(rusada.ru\)](http://rusada.ru)

[Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс \(mediasphera.ru\)](http://mediasphera.ru)

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

[Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система \(informio.ru\)](http://informio.ru)

[Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных \(who.int.ru\)](http://who.int.ru)

[Web-медицина - профессиональная база данных \(webmed.irkutsk.ru\)](http://webmed.irkutsk.ru)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья для обучающихся по направлению подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю Лечебная физическая культура очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ АФК

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Проектное моделирование ситуативной задачи для лиц с сенсорными нарушениями в рамках изучаемой дисциплины	24	20
2	Проектное моделирование ситуативной задачи для лиц с двигательными нарушениями в рамках изучаемой дисциплины	26	20
3	Контрольная работа на тему «Пути решения проблемы социальной адаптации детей с ОВЗ в инклюзивном образовании (дошкольное/школьное).	28	22
4	Посещаемость	Весь период	16. X 18 зан. = 18б.
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат по пропущенной(ым) теме(ам)	20
2	Презентация по пропущенной(ым) теме(ам)	15

² В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Теория и методика адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными
возможностями здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Направленность (профиль): *Лечебная физическая культура*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023, 2024, 2025 г.

Москва – 2018 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет *Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачётные единицы.*

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** *2семестр.*

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** *Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ к особенностям учебно-педагогического процесса в РУС «ГЦОЛИФК».*

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-5	Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	2	2
ОПК-5.1.	Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; -	2	2

	технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.		
ОПК-5.2	Уметь: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.	2	2
ОПК-5.3.	Владеть: - подготовкой материалов и проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планированием воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составлением психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	2	2

5. Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация лиц с ОВЗ	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2	2	4	6		
4	РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха.	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.	2	2	2	6		
8	РАЗДЕЛ 3. АФВ как средство восстановления учебной работоспособности.	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультпауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
Итого часов: 72			12	24	36		Зачёт