

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности



УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
Савельев А.В.  
«14» марта 2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине  
**«Оздоровительная и адаптивная физическая культура»**

Научная специальность:

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

Уровень высшего образования

подготовка кадров высшей квалификации  
по программам подготовки научных и  
научно-педагогических кадров в аспирантуре

Форма обучения

очная

Год набора

2022

Тамбов 2022

**Автор программы:** Селитреникова Татьяна Анатольевна, доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), условиям их реализации, срокам освоения этих программ с учетом различных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов (адъюнктов) (приказ Минобрнауки России от 20 октября 2021 г. № 951).

Рабочая программа принята на заседании кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности Протокол от 11 марта 2022 года № 4

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Цели и задачи дисциплины
2. Место дисциплины в структуре программы аспирантуры
3. Объем и содержание дисциплины
4. Контроль знаний обучающихся
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

## **1. Цели и задачи дисциплины**

**1.1 Цель дисциплины** - формирование компетенций и решение профессиональных задач по организации, управлению, научно-методическому обеспечению в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры, а также профессиональному образованию в данной сфере.

### **1.2 Задачи дисциплины:**

- изучить методологию оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- овладеть умением определять основные направления фундаментальных и прикладных исследований по научному обоснованию ее содержания;
- формирование навыков исследователя, владеющего современным инструментарием науки для поиска и интерпретации информации с целью ее использования в научной деятельности;
- развитие способности самостоятельного осуществления научно-исследовательской деятельности, связанной с решением сложных профессиональных задач в инновационных условиях, основным результатом которой станет написание и успешная защита диссертации на соискание ученой степени кандидата наук по теме исследования.

### **1.3 Требования к результатам освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины аспирант должен:

#### **Знать:**

- методы критического анализа и оценки современных научных достижений в области оздоровительной и адаптивной физической культуры, а также методы генерирования новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях;
- структуру коммуникативного акта в различных сферах коммуникации, в том числе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, для реализации собственной научной деятельности.

#### **Уметь:**

- анализировать альтернативные варианты решения исследовательских и практических задач и оценивать потенциальные выигрыши/проигрыши реализации этих вариантов;
- правильно, с научных позиций анализировать получаемую через средства научной коммуникации информацию и использовать ее в предметной сфере.

#### **Владеть:**

- навыками анализа методологических проблем, возникающих при решении исследовательских и практических задач в области оздоровительной и адаптивной физической культуры, а также в междисциплинарных областях;
- навыками использования принципов теории коммуникации при анализе коммуникативных мероприятий (конференции, выставки, семинары, фестивали и т.п.) для решения профессиональных задач.

## **2. Место дисциплины в структуре программы аспирантуры:**

Дисциплина «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» относится к образовательному компоненту «Дисциплины (модули)» программы аспирантуры по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Дисциплина «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» изучается в 3 семестре.

## **3. Объём и содержание дисциплины**

### **3.1 Объём дисциплины**

Очная форма обучения: 4 з.е.

Вид учебной работы	Очная форма обучения (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>144</b>
<i>Контактная работа (по учебным занятиям)</i>	32
Лекции (Л)	14
Практические (семинарские) занятия (ПЗ)	18
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-
<i>Самостоятельная работа (СР)</i>	76
<i>Кандидатский экзамен</i>	36

### 3.2 Содержание дисциплины:

№ те мы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час. (очная форма)				Формы текущего контроля
		Л	ПЗ	ЛЗ	СР	
1.	Тема 1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы оздоровительной и адаптивной физической культуры	2	2		8	Опрос, подготовка и защита презентации
2.	Тема 2. Управление в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры	2	2		8	Опрос, подготовка и защита презентации
3.	Тема 3. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры		2		10	Опрос, подготовка и защита презентации
4.	Тема 4. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека	2	2		8	Собеседование, опрос
5.	Тема 5. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры	2	2		8	Собеседование, опрос
6.	Тема 6. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями	2	2		8	Опрос, подготовка и защита презентации

	в состоянии здоровья					
7.	Тема 7. Виды адаптивного спорта		2		10	Опрос, подготовка и защита презентации
8.	Тема 8. Двигательная рекреация	2	2		8	Собеседование, опрос
9.	Тема 9. Адаптивная физическая реабилитация	2	2		8	Собеседование, опрос

### **Тема 1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы оздоровительной и адаптивной физической культуры.**

**Лекция.** Адаптивная и оздоровительная физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие оздоровительной и адаптивной физической культуры. Основные подходы к изучению оздоровительной и адаптивной физической культуры и их методология: деятельностный, аксеологический, результативный, творчески-атрибутивный, технологический, нормативный и др.

Взаимосвязь понятий «оздоровительная физическая культура» и «адаптивная физическая культура» с другими понятиями – «адаптивное физическое воспитание», «адаптивный спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», и др.

#### **Практическое занятие.**

1. Специфические общекультурные и другие социальные функции оздоровительной и адаптивной физической культуры в обществе.

2. Структура и логика научного исследования в общей теории оздоровительной и адаптивной физической культуры

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Оздоровительная и адаптивная физическая культура как социальное явление, их структура и функции.

2. Характеристика исторически сложившихся форм (компонентов) адаптивной физической культуры, их соотношения друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека с ограниченными возможностями здоровья.

### **Тема 2. Управление в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры.**

**Лекция.** Организационная структура управления оздоровительной и адаптивной физической культурой в России, основные ее иерархические уровни. Роль и место государственных, общественных и других форм организации оздоровительной и адаптивной физической культуры в улучшении практики физкультурного движения. Пути повышения координации деятельности между различными органами, организациями и учреждениями по развитию оздоровительной и адаптивной физической культуры в стране. Научное, программно-методическое, финансовое, правовое, организационное, кадровое, материально-техническое обеспечение оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Кадровый менеджмент области оздоровительной и адаптивной физической культуры, типы «менеджеров», значение маркетинга в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры. Основные его функции. Содержание и специфика деятельности маркетолога. Реклама в маркетинге.

#### **Практическое занятие.**

1. Адаптивная физическая культура как интегративная научно-образовательная область современного научного знания о физической культуре в целом.

2. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применительно к управлению в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Возникновение и формирование управленческой структуры в теории и практике адаптивной физической культуры.
2. Приоритетные управленческие решения и процессы в области оздоровительной и адаптивной физической культуры.

### **Тема 3. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.**

#### **Практическое занятие.**

1. Современные проблемы разработки структуры и функций адаптивной и оздоровительной физической культуры и методология их определения.
2. Становление и основные этапы развития обобщающих научных знаний об оздоровительной и адаптивной физической культуре.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Научное, программно-методическое, финансовое, правовое, организационное, кадровое, материально-техническое обеспечение физической культуры.
2. Структура и логика научного исследования в общей теории адаптивной физической культуры. Приоритетные научные направления в области оздоровительной физической культуры.

### **Тема 4. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека.**

**Лекция.** Система оздоровительной и адаптивной физической культуры в мире. Понятие о системе оздоровительной и адаптивной физической культуры и ее структуре. Факторы, формы и условия функционирования системы оздоровительной и адаптивной физической культуры в обществе. Исторические аспекты становления и формирования зарубежной системы оздоровительной и адаптивной физической культуры. Типичные ее черты, общие принципы и направления функционирования.

#### **Практическое занятие.**

1. Состояние оздоровительной и адаптивной физической культуры в мире.
2. Основные задачи развития оздоровительной и адаптивной физической культуры в современном обществе, предусмотренные в государственных установках социальной политики на ближайшую перспективу.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Понятие о системе оздоровительной и адаптивной физической культуры и ее структуре.
2. Исторические аспекты становления и формирования зарубежной системы оздоровительной и адаптивной физической культуры.
3. Прогнозирование развития системы оздоровительной и адаптивной физической культуры в мировом сообществе.

### **Тема 5. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры.**

**Лекция.** Цель, задачи, принципы и функции оздоровительной и адаптивной физической культуры. Основные понятия и термины оздоровительной и адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Отличие предмета, цели оздоровительной и адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры.

#### **Практическое занятие.**

1. Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры).

2. Классификация физических упражнений по целевой направленности, по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств, по лечебному воздействию, по степени самостоятельности выполнения упражнений, по интеграции междисциплинарных связей, по другим классификационным признакам).

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры).

2. Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры.

**Тема 6. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.**

**Лекция.** Приоритетные задачи оздоровительной и адаптивной физической культуры в образовании и воспитании инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных. Основные опорные концепции теории физической культуры; педагогические и социальные функции.

**Практическое занятие.**

1. Социальные, общеметодические принципы оздоровительной и адаптивной физической культуры.

2. Специально-методические принципы оздоровительной и адаптивной физической культуры.

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Теория и методика оздоровительной физической культуры.

2. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.

3. Технологии оздоровительной физической культуры.

**Тема 7. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.**

**Практическое занятие.**

1. Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры: государственные образовательные стандарты среднего (базового и повышенного уровней) и высшего профессионального образования (как специальность и как часть направления «Физическая культура»).

2. Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры (национально-этнические виды адаптивного спорта и их представительство в программах Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр).

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Проблемы равенства, справедливости, терпимости, милосердия и др. в различных религиозных воззрениях в программах Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр.

2. Основные психолого-педагогические и методические аспекты адаптивного физического воспитания.

**Тема 8. Двигательная рекреация.**

**Лекция.** Понятие «двигательная рекреация» в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры. Двигательная рекреация как активная деятельность с применением физических занятий и комплексов спортивных упражнений (подвижные игры, спортивные занятия, физические упражнения), другими словами, - активный отдых.

**Практическое занятие.**



1. Правила и установки двигательной рекреации (восстановление, отдых, переключение на другой вид деятельности, получение удовольствия от физических занятий, развлечение).

2. Основные задачи двигательной рекреации в жизнедеятельности человека.

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Система двигательной рекреации в России и мире.

2. Перспективы развития системы двигательной рекреации в мировом сообществе.

**Тема 9. Адаптивная физическая реабилитация.**

**Лекция.** Понятие «физическая реабилитация» в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры. Физическая реабилитация как использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности больных и инвалидов. Цели и задачи физической реабилитации. Основополагающие принципы физической реабилитации.

**Практическое занятие.**

1. Клиническая деятельность реабилитолога в рамках адаптивной физической культуры.

2. Основные термины и понятия физической реабилитации («лечение», «реабилитация», «реабилитолог» и др.).

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Существующие проблемы в области физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья в России и мире.

2. Перспективы развития системы физической реабилитации в мировом сообществе.

**4. Контроль знаний обучающихся**

**4.1 Формы текущего контроля работы аспирантов:** опрос, подготовка и защита презентации, собеседование.

**4.2 Задания текущего контроля**

Темы презентаций:

1. Спортивные достижения инвалидов как предмет аксиологического познания.

2. Динамика и современный уровень рекордных достижений паралимпийцев.

3. Типичные варианты многолетней подготовки паралимпийцев при достижении высших рекордных достижений.

4. Современные концепции построения тренировки сильнейших спортсменов-паралимпийцев в микро, -мезо и макроциклах.

5. Построение этапа непосредственной предсоревновательной подготовки высококвалифицированных спортсменов-паралимпийцев к главным соревнованиям.

6. Системы управления подготовкой спортсменов с ограничениями в состоянии здоровья.

7. Планирование, контроль и учет в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры.

8. Нормативно-правовые требования в системе оздоровительной и адаптивной физической культуры.

9. История формирования и развития адаптивной физической культуры.

10. История формирования и развития оздоровительной физической культуры

Вопросы для собеседования

1. Адаптивный спорт как зрелище и социальная модель борьбы для выживания в обществе.

2. Цели, задачи, стороны подготовки спортсменов с нарушениями в состоянии здоровья в различных видах спорта.
3. Приоритетные научные направления в области оздоровительной физической культуры и спорта.
4. Приоритетные научные направления в области адаптивной физической культуры и спорта.
5. Прогнозирование развития системы оздоровительной физической культуры в нашей стране и в мире.
6. Прогнозирование развития системы адаптивной физической культуры в нашей стране и в мире.
7. Влияние средств массовой информации на формирование стремления к ЗОЖ лиц с ограниченными возможностями здоровья.
8. Психология спортсмена с нарушениями состояния здоровья.

#### Вопросы для опроса

1. Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека.
2. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры.
3. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий.
4. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.
5. Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
6. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий.
7. Основные направления в оздоровительной физической культуры: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.
8. Характеристика средств оздоровительной направленности.
9. Оздоровительный эффект физических нагрузок.
10. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре.
11. Дозирование объема и интенсивности оздоровительных нагрузок.
12. Частота занятий в неделю при проведении физкультурно-оздоровительных занятий.
13. Принципы повышения нагрузки.
14. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.
15. Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

**4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине** проводится в форме кандидатского экзамена.

#### Вопросы экзамена

1. Принцип оздоровительной направленности как один из фундаментальных принципов гуманной системы физического воспитания.
2. Значение теории индивидуального развития и теории адаптации для понимания оздоровительной действенности физической культуры.
3. Обще социальная проблематика формирования здорового образа жизни и ее связь с проблематикой физкультурно-оздоровительной, воспитательной, гигиенической, лечебной и профилактики заболеваний, восстановления здоровья.
4. Характеристика значимости базовой, прикладной, бытовой физической культуры в укреплении здоровья основных контингентов народа.

5. Понятия "оздоровительно-реабилитационная физическая культура" и "оздоровительно-рекреативная физическая культура", логика их формирования.
6. Сочетание общепрофилирующих и избирательно-оздоровительных направлений физической культуры в различные возрастные периоды.
7. Пути и условия мотивации физической активности различных слоев населения в аспекте сохранения и упрочения здоровья.
8. Проблема усиления оздоровительной действенности физической культуры в современных условиях обострения экологических угроз здоровью.
9. Критерии и нормативы физического состояния индивида как показателей состояния здоровья.
10. Совершенствование нормативов и их использование в физкультурно-спортивных занятиях со специально оздоровительной ориентацией.
11. Содержание и виды адаптивной физической культуры, объект и субъект адаптивной физической культуры
12. Оценочная характеристика оздоровительной значимости "базовых" средств физического воспитания (гимнастика, игры, плавание и др.).
13. Использование в оздоровительных целях "новых" - по отношению к базовым физкультурно-спортивным средств, возникших в восточных и других зарубежных странах (армрестлинг, шейпинг и др.).
14. Характеристика групп физических упражнений, сложившихся в лечебной физической культуре с реабилитационной и рекреативной направленностью воздействия на организм
15. Использование естественных и искусственных закаливающих факторов как средств оздоровления.
16. Современные представления об оздоровительном эффекте психомоторного тренинга и специальных массажных процедур.
17. Соблюдение принципов методики адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта как важнейшая предпосылка оздоровительно-реабилитационного эффекта физкультурно-спортивных занятий.
18. Методика применения физических упражнений и других факторов физической культуры в системе мер профилактического и оздоровительно-восстановительного характера.
19. Регламентация занятий физическими упражнениями в зависимости от особенностей состояния здоровья занимающихся.
20. Подходы к оптимальному нормированию и программированию режима нагрузок и отдыха (в различных по продолжительности циклах).
21. Адаптивный спорт, как самостоятельное направление адаптивной физической культуры
22. Дозирование воздействий внешнесредовых факторов в соответствии с закономерностями закаливания и достижения оздоровительного эффекта.
23. Комплексный контроль за оздоровительным эффектом физкультурно-спортивных занятий и обуславливающими их факторами.
24. Формирование здорового образа жизни детей и учащейся молодежи, составляющие здорового образа жизни
25. Понятия "здоровье человека", "профилактика болезней", "валеология", "физическая реабилитация", "гипокинезия", "физическая активность", "здоровый образ жизни"- в их взаимосвязи.
26. Средства оздоровительной и адаптивной физической культуры (общие и специализированные).
27. Методика адаптивной физической культуры для людей с проблемами опорно-двигательного аппарата

28. Методика адаптивной физической культуры для людей с проблемами интеллектуального развития
29. Методика адаптивной физической культуры для людей с проблемами слуха
30. Методика адаптивной физической культуры для людей с проблемами зрения.

#### Задания для экзамена

1. Предложить методику интегрального воздействия на совершенствование двигательных способностей лиц с ограниченными возможностями здоровья и повышение уровня развития у них физических качеств (сопряженно).
2. Предложить план-конспект дополнительного физкультурно-спортивного занятия в спортивно-адаптивной школе (по виду спорта).
3. Составить план-график тренировочного процесса как относительно устойчивого порядка его развертывания в рамках малых, средних и больших циклов у спортсменов с нарушениями состояния здоровья (по виду спорта).
4. Составить комплекс упражнений (10-12 упражнений), направленный на профилактику профессиональных заболеваний, в соответствии с особенностями трудовой деятельности человека.
5. Составить комплекс физических упражнений и предложить методику его выполнения у лиц с нарушениями состояния здоровья, направленную на совершенствование одного из физических качеств.

#### **4.4 Шкала оценивания промежуточной аттестации**

<b>Оценка</b>	<b>Основные показатели достижения результата</b>
<b>«отлично»</b>	Демонстрирует высокий уровень знаний по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры. Анализирует современные научные достижения в данной области знания и дает им оценку, прослеживает междисциплинарные связи. Ответ построен логично, материал излагается четко, ясно, хорошим языком, аргументировано
	Демонстрирует высокий уровень знаний о понятиях социальной и этической ответственности при принятии решений различных форм; о последовательности действий в стандартных и нестандартных ситуациях
	Свободно ориентируется в направлениях исследований по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры. В полном объеме владеет практическими навыками методики оздоровительной и адаптивной физической культуры. Демонстрирует знание и понимание основных понятий теории оздоровительной и адаптивной физической культуры. Определяет основные цели, задачи, методы теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры. Свободно ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает цели, задачи, методы теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры. На вопросы отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу

Оценка	Основные показатели достижения результата
«хорошо»	<p>Демонстрирует достаточный уровень знаний по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры. Анализирует современные научные достижения в данной области знания и дает им оценку, прослеживает междисциплинарные связи, но допускает некоторые погрешности.</p> <p>В отдельных примерах может выделить междисциплинарные связи</p> <p>Ответ построен логично, материал излагается хорошим языком</p>
	<p>Демонстрирует достаточный уровень знаний о понятиях социальной и этической ответственности при принятии решений различных форм; о последовательности действий в стандартных и нестандартных ситуациях</p>
	<p>Достаточно свободно ориентируется в направлениях исследований по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Демонстрируется достаточное знание и понимание основных понятий теории оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Может ориентироваться в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает цели, задачи, методы теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений</p>
«удовлетворительно»	<p>Демонстрирует не достаточный уровень знаний по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p>Плохо анализирует современные научные достижения в данной области знания, затрудняется дать оценку.</p> <p>Неуверенно определяет междисциплинарные связи</p> <p>Ответ не всегда логично выстроен, материал излагается без применения научной терминологии</p>
	<p>Демонстрирует не достаточный уровень знаний о понятиях социальной и этической ответственности при принятии решений различных форм; о последовательности действий в стандартных и нестандартных ситуациях</p>
	<p>Слабо ориентируется в направлениях исследований по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p>Демонстрируется не достаточное знание и понимание современных научных достижений в данной области знания, затрудняется дать оценку.</p> <p>Слабо ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать цели, задачи, методы теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Вопросы, задаваемые преподавателем, вызывают затруднения</p>
«неудовлетворительно»	<p>Демонстрирует слабый уровень знаний по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p>Не может анализировать современные научные достижения в</p>

Оценка	Основные показатели достижения результата
	данной области знания, затрудняется дать им оценку. Не может привести примеры из реальной практики теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры Не может выделить междисциплинарные связи Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал.
	Демонстрирует слабый уровень знаний о понятиях социальной и этической ответственности при принятии решений различных форм; о последовательности действий в стандартных и нестандартных ситуациях
	Не ориентируется в направлениях исследований по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры Не может продемонстрировать знание и понимание современные научные достижения в данной области знания Не ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать достижения в данной области знания Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1 Основная литература:

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.
2. Физическая реабилитация. В 2 т. / под ред. С.Н. Попова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
3. Фурманов, А.А. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.А. Фурманов. – М.: Тесей, 2004. – 540 с.

### 5.2 Дополнительная литература:

1. Столяренко, Л.Д. Психология и педагогика: учеб. пособ. для студ. вузов (4-е изд. перераб. и доп.) / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. - М. ЮНИТИ, 2012. - 671 с.
2. Физкультурно-оздоровительные технологии [Текст] : науч. изд. / под общ. ред. А.А. Горелова, А.В. Лотоненко. — М. : Еврошкола, 2011. — 305 с.
3. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина.-2-е изд., испр.- М.: Советский спорт, 2004.- 464с.
4. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч. пособие для студ. Высш. Учеб. Завед. –3-е изд. исп. и доп..- М.: изд. центр Академия, 2009. – 486 с.

### 5.3 Иные источники:

1. Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура [Текст] : Учебник для вузов .— 2-е изд., стер. — М. : ВЛАДОС, 2001. — 608 с.
2. Куракин, М.А. Адаптация к физическим нагрузкам [Текст] : Учеб. пособие / Тамб.гос.ун-т им. Г.Р.Державина ; М.А.Куракин, А.И.Лукичев, Ю.П. Пчелинцев. — Тамбов, 1999. — 35 с.
3. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Текст] : учебник / В. Г. Никитушкин. — М. : Советский спорт, 2013. — 279 с.

4. Николаев, Ю.М. Современные тенденции развития теоретико-образовательного пространства физической культуры [Текст] / Ю.М. Николаев // Теория и практика физической культуры. — 2013. — № 7. — С. 96-101.

5. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование [Текст] : Учеб. пособие для вузов / Под ред. Ю.Д. Железняк. — М. : Академия, 2002. — 378 с.

6. Решетников, Н.В. Физическая культура [Текст] : Учеб. пособие для студ. учреждений сред. профессионального образования. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. ; М. ; М. : Академия : Мастерство : Высш. шк., 2000. — 149 с.

7. Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] : Учеб. пособие для вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — М. : Академия, 2003. — 143 с.

## **6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: помещения для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

### **Электронная информационно-образовательная среда**

<http://moodle.tsutmb.ru>

Взаимодействие преподавателя и аспиранта в процессе освоения дисциплины осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.

#### **Лицензионное программное обеспечение:**

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal Licence

Операционная система Microsoft Windows 10

Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187, 00 MB 11.0.08

7-Zip 9.20

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007 Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

#### **Информационные справочные системы и профессиональные базы данных:**

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>
ЭБС «Консультант студента»: Медицина. Здравоохранение, Комплект Гуманитарные науки	<a href="http://www.studentlibrary.ru">http://www.studentlibrary.ru</a>
ЭБС «IPRSMART» (старое название « IPR books»)	<a href="http://iprbookshop.ru">http://iprbookshop.ru</a>

ЭБС «Юрайт»	<a href="http://www.urait.ru">http://www.urait.ru</a>
Сетевая электронная библиотека педагогических вузов	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>
Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»	<a href="https://нэб.рф">https://нэб.рф</a>
Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина	<a href="http://www.prilib.ru">http://www.prilib.ru</a>
Электронный справочник «Информио»	<a href="http://www.informio.ru">www.informio.ru</a>
Справочная правовая система «Консультант Плюс»	<a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>
Архив научных журналов зарубежных издательств	<a href="https://arch.neicon.ru">https://arch.neicon.ru</a>