

Документ подписан простой электронной подписью.
Информация о владельце:

ФИО: Кандрашина Елена Александровна

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

Дата подписания: 08.08.2025 15:42:14

Уникальный программный ключ:

2db64eb9605ce27edd3b8e8fdd32c70e0674ddd2

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

Институт Институт национальной и мировой экономики

Кафедра Физического воспитания

УТВЕРЖДЕНО

Ученым советом Университета
(протокол № 10 от 22 мая 2025 г.)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

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

Основная профессиональная образовательная программа 21.03.02 Землеустройство и кадастры программа
Кадастр недвижимости и земельное право

Квалификация (степень) выпускника Бакалавр

Самара 2025

Содержание (рабочая программа)

Стр.

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

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

1. Место дисциплины в структуре ОП

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

Предшествующие дисциплины по связям компетенций: Физическая культура и спорт

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения программы

Изучение дисциплины Адаптивная физическая культура в образовательной программе направлено на достижение следующих результатов:

Универсальные компетенции (УК):

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

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения	
УК-7	УК-7.1: Знать:	УК-7.2: Уметь:
	основы спортивной тренировки; методiku направленного использования средств физической культуры в зависимости от будущей профессиональной деятельности.	эффективно и самостоятельно выполнять упражнения; проводить тренировки; применять знания в практической деятельности; достигать высоких результатов в спорте; оказывать первую помощь.

3. Объем и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы по дисциплине:

Очная форма обучения

Виды учебной работы
Контактная работа, в том числе:
Занятия семинарского типа
Индивидуальная контактная работа (ИКР)
Самостоятельная работа:
Промежуточная аттестация
Вид промежуточной аттестации:
Зачет
Общая трудоемкость (объем части образовательной программы): Часы
Зачетные единицы

заочная форма

Виды учебной работы
Контактная работа, в том числе:
Занятия семинарского типа
Индивидуальная контактная работа (ИКР)
Самостоятельная работа:

Промежуточная аттестация
Вид промежуточной аттестации: Зачет
Общая трудоемкость (объем части образовательной программы): Часы Зачетные единицы

4. Содержание дисциплины

4.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий:

Тематический план дисциплины Адаптивная физическая культура и спорт представлен в таблице

Разделы, темы дисциплины и виды занятий Очная форма обучения

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины
1.	Общая физическая подготовка
2.	Спортивно-техническая подготовка
	Контроль
	Итого

заочная форма

Наименование темы (раздела) дисциплины	Кол-во часов
	Занятия
Общая физическая подготовка	
Спортивно-техническая подготовка	
Контроль	
Итого	

4.2 Содержание разделов и тем

4.2.1 Контактная работа

Тематика занятий семинарского типа

№п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Вид занятия
1.		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
2.		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия
		практические занятия

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

Иная контактная работа

При проведении учебных занятий СГЭУ обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Формы и методы проведения иной контактной работы приведены в Методических указаниях по составлению

4.2.2 Самостоятельная работа

№п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины
1.	Общая физическая подготовка

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

5. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

Основная литература

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебник для вузов / Т. П. Бегидова. — 3-е изд. (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16768-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540918>
2. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд. с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540918>

Дополнительная литература

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

Литература для самостоятельного изучения

1. Организация и содержание физкультурно-оздоровительной деятельности университетской молодежи / И. Ф. Курочкина, Н. Е. Алексина, А. О. Галкин, А. А. Галкин. — Самара, 2023.
2. Основы физического воспитания при самостоятельной подготовке студентов: учебное пособие / О. А. Казакова, О. В. Савельева. [Электронное издание] - Самара, 2023.
3. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Ильина Г. В., Калинина Е. А., Медведь Л. М., Мирская Н. Б., Коломенская А. Н. — Красноярск, 2014.

5.2. Перечень лицензионного программного обеспечения

1. Astra Linux Special Edition «Смоленск», «Орел»; РедОС ; ОС "Альт Рабочая станция" 10; ОС "Альт Образование" 10
2. МойОфис Стандартный 2, МойОфис Образование, Р7-Офис Профессиональный, МойОфис Стандартный 3, МойОфис Профессиональный 3

5.3 Современные профессиональные базы данных, к которым обеспечивается доступ обучающихся

1. Профессиональная база данных «Информационные системы Министерства экономического развития Российской Федерации» - <http://www.gov.ru/>
2. Государственная система правовой информации «Официальный интернет-портал правовой информации» - <http://www.garant.ru/>
3. Профессиональная база данных «Финансово-экономические показатели Российской Федерации» - <https://www.minfin.ru/ru/>
4. Профессиональная база данных «Официальная статистика» (Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики) - <http://www.fedstat.ru/>

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

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс»
2. Справочно-правовая система «ГАРАНТ-Максимум»

5.5. Специальные помещения

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа
Учебные аудитории для проведения практических занятий (занятий семинарского типа)
Спортивный зал
Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций
Учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации
Помещения для самостоятельной работы
Помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования

5.6 Лаборатории и лабораторное оборудование
Не предусмотрено

6. Фонд оценочных средств по дисциплине Адаптивная физическая культура и спорт:

6.1. Контрольные мероприятия по дисциплине

Вид контроля	
Текущий контроль	Оценка докл
	Устный/пись
	Тестировани
	Практически
Промежуточный контроль	Зачет

Порядок проведения мероприятий текущего и промежуточного контроля определяется М образовательной программе высшего образования; Положением о балльно-рейтинговой с образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Самарский гос

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

Универсальные компетенции (УК):

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

Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты обучения
	УК-7.1: Знать: виды физических упражнений, их значение для здоровья, научно- практические основы физической культуры и спорта, основы здорового образа и стиля жизни
Пороговый	Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры.
Стандартный (в дополнение к пороговому)	Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства физической культуры, методы физической культуры, основы сохранения и укрепления физического самосовершенствования.
Повышенный (в дополнение к пороговому, стандартному)	Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства физической культуры, методы физической культуры, основы сохранения и укрепления физического самосовершенствования, способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности, применение средств и методов физической культуры.

	физической культуры.
УК-9 - Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	
Планируемые результаты обучения по программе	Планируемые результаты
	УК-9.1: Знать: понятие инклюзивной компетентности, ее компонентов; структуру; особенности проявления базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональных сферах
Пороговый	понятие инклюзивной компетентности, ее компонентов; структуру; особенности проявления базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональных сферах
Стандартный (в дополнение к пороговому)	Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации с людьми, имеющими ограничения в возможности здоровья.
Повышенный (в дополнение к пороговому, стандартному)	Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации в различных сферах жизнедеятельности, с учетом особенностей социальных психофизических особенностей лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья.

6.3. Паспорт оценочных материалов

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Контроль
-------	--	----------

		результаты соотношения обучения
1.	Общая физическая подготовка	УК-7.1, УК-7.2, УК-9.3
2.	Спортивно-техническая подготовка	УК-7.1, УК-7.2, УК-9.3

6.4.Оценочные материалы для текущего контроля

Примерная тематика докладов (научное эссе)

Раздел дисциплины	Темы
Общая физическая подготовка	I. Теоретико-методологические основы АФК 1)История становления АФК в мире и в России на рубежах. 2)Нормативно-правовые основы АФК в спорте. 3)Виды адаптивной физической культуры: адаптивный спорт, адаптивная физическая культура, креативные телесно-ориентированные практики. 4) Средства и методы АФК. 5) Роль АФК в системе реабилитации инвалидов. 6) Педагогические технологии АФК. 7) Диагностика и контроль эффективности АФК. 8) Индивидуализация АФК. II. Частные методики АФК 1) Особенности АФК для лиц с ампутированными конечностями, травмы позвоночника. 2) АФК для лиц с нарушениями зрения. 3)АФК для лиц с нарушениями слуха. 4)АФК при интеллектуальных нарушениях, аутистического спектра. 5)АФК при соматических заболеваниях (сердечно-сосудистые, эндокринные и др.). 6)АФК для лиц с психическими расстройствами. 7)АФК в геронтологии. 8)Гидрореабилитация. 9)Иппотерапия и лечебная верховая езда. 10) Эрготерапия как метод реабилитации.
Спортивно-техническая подготовка	I. Адаптивный спорт: 1)Паралимпийское движение. 2)Сурдлимпийское движение. 3)Организационно-методические основы адаптивного спорта. 4)Психологическая подготовка спортсменов. 5)Проблемы и перспективы развития адаптивного спорта в регионе). 6)Особенности судейства в адаптивном спорте. 7)Медико-биологические основы адаптивного спорта. 8)Популярные виды адаптивного спорта (например, бочча, голбол).

	и т.д.). II. Социально-психологические аспекты культуры. 1)Социализация и интеграция в культуру. 2)Формирование мотивации к культуре. 3)Роль семьи в процессе формирования культуры. 4)Волонтерство в сфере культуры. 5)Профессиональная культура. 6)Проектирование и реализация реабилитационных учреждений. 7)Создание безбарьерной среды. 8)Информационные технологии. III. Научно-исследовательские аспекты культуры. 1)Современные научные подходы к изучению культуры. 2)Инновационные подходы к изучению культуры. 3)Эффективность при
--	--

Задания для тестирования по дисциплине для оценки сформированности компетенций (min 20, max 30)

№ п/п	Задание	Критерии оценивания
1	Основное отличие бега от спортивной ходьбы? А – более длинный шаг; Б – больше частота шагов; В – наличие фазы полета; Г – менее длинный шаг	Выбор одного правильного ответа из предложенных
2	Какие дистанции гладкого бега считаются спринтерскими? А – 30 м, 50 м; Б – 60 м, 100 м, 200 м, 400 м; В – 50 м, 110 м, 450 м; Г – 150 м, 300 м, 600 м	Выбор одного правильного ответа из предложенных
3	В каком количестве выходит баскетбольная команда на игровую площадку? А – 4 чел; Б – 5 чел; В – 6 чел; Г – 8 чел.	Выбор одного правильного ответа из предложенных
4	Какие приемы относятся к технике баскетбола? Указать все верные. А – ведение и передача; Б – бросок; В – вырывание и выбивание; Г – нападающий удар.	Выбрать все правильные ответы из предложенных
5	Сколько игроков должно находиться на игровой площадке у каждой из команд во время волейбольной встречи? А – 5 чел; Б – 6 чел; В – 8 чел; Г – 10 чел.	Выбор одного правильного ответа из предложенных
6	Волейбольная команда набирает очко (указать все верные) : А- Когда команда соперника совершает ошибку; Б- Когда команда соперника успешно атакует; В- Когда команда соперника получает замечание; Г- При успешном приземлении мяча на площадке соперника.	Выбрать все правильные ответы из предложенных
7	Как трактуется в правилах соревнований случай, когда при подаче в волейболе мяч касается верхнего края сетки и переходит на сторону соперника? А – подающая команда проигрывает розыгрыш очка; Б – мяч остается в игре; В – розыгрыш очка повторяется;	Выбор одного правильного ответа из предложенных

	Г – подающая команда выигрывает розыгрыш очка.	
8	Стандартный размер баскетбольной площадки	
9	На какие категории делятся действия игроков в волейболе?	
10	Какое количество побед из пяти партий в волейболе на официальных соревнованиях является условием выигрыша?	
11	Что назначает судья за нарушение правил игры в баскетболе, фол на игроке, находящемся в процессе броска?	
12	Какова длина дистанции в соревнованиях по марафонскому бегу?	
13	Укажите размеры волейбольной площадки в классическом волейболе.	
14	Какому игроку не разрешается выполнять нападающий удар по мячу, находящемуся выше верхнего края сетки в пределах зоны нападения?	
15	Задача 1: Планирование тренировок для студента Ситуация: Студент 1 курса, который раньше не занимался спортом, хочет начать тренировки для улучшения общей физической подготовки. Он просит вас помочь составить план тренировок на первый месяц. Перечислить основные показатели физической нагрузки, которые нужно учесть при составлении плана?	
16	Задача 2: Анализ посещаемости студенческой спортивной секции Ситуация: В университете есть секция по волейболу, но посещаемость студентов снижается. Руководство секции просит вас проанализировать ситуацию. Какие данные вам необходимо собрать о секции и студентах для анализа ситуации?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
17	Задача 3: Оптимизация тренировочного процесса Ситуация: Студент жалуется на отсутствие прогресса в тренировках, хотя занимается регулярно. Какие основные показатели в действиях студента вам нужно учесть для анализа?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
18	Задача 4: Организация спортивного мероприятия Ситуация: Университет планирует провести «День здоровья» для студентов. Этапы организации мероприятия?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов

19	Задача 5: Анализ питания студента Ситуация: Студент жалуется на усталость и низкую энергию во время тренировок. Как вы можете скорректировать его питание (на что обратить внимание)?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
20	Задача 6: Травма во время тренировки Ситуация: Во время футбольной тренировки игрок почувствовал резкую боль в колене после неудачного падения. Что нужно сделать в первую очередь?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов
21	Задача 7: Анализ эффективности спортивного клуба Ситуация: Студенческий спортивный клуб "САМЭК" хочет увеличить количество членов. Вам нужно проанализировать текущую ситуацию. Какие данные вам нужно собрать для анализа ситуации?	Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов по каждому вопросу

Контрольные тесты для оценки уровня общей физической подготовленности студентов

Раздел дисциплины	Направленность теста	Пол	Оценка в баллах				
				4	3	2	1
Общая физическая подготовка	Скоростно-силовая подготовленность:						
	Прыжок в длину с места	муж.		240	230	220	210
		жен.		180	170	160	150
	Силовая подготовленность (по выбору):						
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (раз)	муж.		40	30	20	10
	В висе поднимание ног до касания перекладины (раз)	муж.		7	5	3	2
	Поднимание и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (раз)	жен.		50	40	30	20
	Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см) (раз)	жен.		16	10	6	4
	Гибкость:						
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	муж.		+8	+6	+4	+2
		жен.		+11	+8	+5	+3

Контрольные тесты для оценки уровня спортивно-технической подготовки студентов

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

6.5. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

Фонд вопросов для проведения промежуточного контроля в форме зачета

Раздел дисциплины	Вопросы
Общая физическая подготовка	Понятие о здоровье и "своего" заболевания. 2. Расстройства кровообращения. 3. Нарушение тканевого обмена. 4. Воспаление. Нарушение иммунитета. 5. Определение и оценка физической работоспособности. 6. Характеристика сердечно-сосудистой системы. 7. Характеристика системы дыхания. 8. Характеристика нервной системы. 9. Характеристика эндокринной системы. 10. Особенности врачебного наблюдения за спортсменами при занятиях физическими упражнениями и спортом. 11. Особенности врачебного наблюдения за спортсменами при занятиях физическими упражнениями и спортом. 12. Особенности врачебного наблюдения за спортсменами при занятиях физическими упражнениями и спортом. 13. Травмы и заболевания спортсменов. 14. Острые патологии спортсменов. 15. Перетренированность спортсменов. 16. Врачебно-педагогическое наблюдение за занятиями физическими упражнениями и спортом. 17. Физическая культура и спорт. 18. Особенности физиологии сердечно-сосудистой системы. 19. Особенности физиологии системы дыхания. 20. Особенности физиологии нервной системы. 21. Особенности физиологии эндокринной системы.
Спортивно-техническая подготовка	1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. 2. ЛФК при заболеваниях системы дыхания. 3. ЛФК при язвенной болезни желудка. 4. ЛФК при холецистите. 5. ЛФК при опущении желудка.

	6. ЛФК при заболеваниях 7. ЛФК при поврежде 8. ЛФК при перелома 9. ЛФК при перелома 10. ЛФК при заболева 11. ЛФК после хирург 12. ЛФК при хирургич 13. ЛФК при дефекта 14. ЛФК при сколиоза 15. ЛФК при плоскост 16. ЛФК при заболева 17. ЛФК при поражен 18. ЛФК при заболева 19. ЛФК при неврозах 20. Первая медицинск 21. Первая медицин аппарата. 22. Первая медицин 23. Первая медицин 24. Первая медицинск глаз. 25. Первая медицинск 26. Первая медицинск 27. Первая медицинск 28. Первая медицинск 29. Первая медицинск 30. Первая медицинск 31. Реанимационные м 32. Иммобилизация п 33. Методы иммоби 34. Виды, способы и
--	---

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

Шкала и критерии оценивания

Оценка	Критерии оценивания по балльной системе
«зачтено»	УК-7, УК-9
«не зачтено»	Результаты обуче