

Документ подписан простой электронной подписью.  
Информация о владельце:

ФИО: Кандрашина Елена Александровна

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

Дата подписания: 13.08.2025 16:07:02

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** 38.03.02 Менеджмент программа Проектное управление и бизнес-администрирование

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 планируемых результатов освоения образовательной программы.

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

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

Предшествующие дисциплины по связям компетенций: Физическая культура и спорт

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

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

### Универсальные компетенции (УК):

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

| Планируемые результаты обучения по программе | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | УК-7.1: Знать:                                                                                              | УК-7.2: Уметь:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | УК-7.3: Владеть (иметь навыки):                                                                                                                                                                                                                     |
| УК-7                                         | виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни | применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования; культурой осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности |

УК-9 - Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

| Планируемые результаты обучения по программе | Планируемые результаты обучения по дисциплине                  |                                             |                                                                  |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
|                                              | УК-9.1: Знать:                                                 | УК-9.2: Уметь:                              | УК-9.3: Владеть (иметь навыки):                                  |
| УК-9                                         | понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; | планировать и осуществлять профессиональную | навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с |

|  |                                                                                                |                                                                                                                     |                                                                                                                                               |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах | деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья, адаптировать получение информации пользователем с ОВЗ | лицами с ограниченными возможностями здоровья. С помощью цифровых технологий выстраивает траектория личностного взаимодействия с лицами с ОВЗ |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3. Объем и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы по дисциплине:

#### Очная форма обучения

| Виды учебной работы                                              | Всего час/ з.е. |         |         |
|------------------------------------------------------------------|-----------------|---------|---------|
|                                                                  | Сем 2           | Сем 3   | Сем 4   |
| Контактная работа, в том числе:                                  | 36.15/0         | 36.15/0 | 36.15/0 |
| Занятия семинарского типа                                        | 36/0            | 36/0    | 36/0    |
| Индивидуальная контактная работа (ИКР)                           | 0.15/0          | 0.15/0  | 0.15/0  |
| Самостоятельная работа:                                          | 54.85/0         | 54.85/0 | 55.85/0 |
| Промежуточная аттестация                                         | 18/0            | 18/0    | 18/0    |
| Вид промежуточной аттестации:                                    |                 |         |         |
| Зачет                                                            | Зач             | Зач     | Зач     |
| Общая трудоемкость (объем части образовательной программы): Часы | 109             | 109     | 110     |
| Зачетные единицы                                                 | 0               | 0       | 0       |

### 4. Содержание дисциплины

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

Тематический план дисциплины Адаптивная физическая культура и спорт представлен в таблице.

#### Разделы, темы дисциплины и виды занятий

##### Очная форма обучения

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины | Контактная работа         |      |     | Самостоятельная работа | Планируемые результаты обучения в соотношении с результатами обучения по образовательной программе |
|-------|----------------------------------------|---------------------------|------|-----|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                        | Занятия семинарского типа | ИКР  | ГКР |                        |                                                                                                    |
|       |                                        | Практич. занятия          |      |     |                        |                                                                                                    |
| 1.    | Общая физическая подготовка            | 54                        |      |     | 82,22                  | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-9.1, УК-9.2, УК-9.3                                                     |
| 2.    | Спортивно-техническая подготовка       | 54                        |      |     | 83,33                  | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-9.1, УК-9.2, УК-9.3                                                     |
|       | Контроль                               | 54                        |      |     |                        |                                                                                                    |
|       | Итого                                  | 108                       | 0.45 |     | 165.55                 |                                                                                                    |

#### 4.2 Содержание разделов и тем

##### 4.2.1 Контактная работа

##### Тематика занятий семинарского типа

| №п/п | Наименование темы | Вид занятия | Тематика занятия семинарского |
|------|-------------------|-------------|-------------------------------|
|------|-------------------|-------------|-------------------------------|

|    | (раздела)<br>дисциплины | семинарского типа**  | типа                                                                                           |
|----|-------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. |                         | практическое занятие | Снижение гипертонуса приводящих мышц и мышц сгибателей, укрепление ослабленных мышц            |
|    |                         | практическое занятие | Улучшение подвижности в суставах, коррекция порочных установок ОДА                             |
|    |                         | практическое занятие | Улучшение координации движений и равновесия                                                    |
|    |                         | практическое занятие | Стабилизация правильного положения тела, закрепление навыка самостоятельного стояния, ходьбы   |
|    |                         | практическое занятие | Расширение общей двигательной активности занимающегося, тренировка двигательных навыков        |
|    |                         | практическое занятие | Обучение самообслуживанию, усвоению основных видов бытовой деятельности                        |
|    |                         | практическое занятие | Обучение технике бега                                                                          |
|    |                         | практическое занятие | Воспитание гибкости                                                                            |
|    |                         | практическое занятие | Воспитание силовых способностей                                                                |
| 2. |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике основной стойки и работе ног. Способы хвата ракетки |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике владения ракеткой, тычки.                           |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике наката справа                                       |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике наката слева                                        |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике подачи и приема мяча.                               |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике подрезки, блока                                     |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение технике Топ-спин, Флик                                      |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис.</i> Обучение правилам игры.                                              |
|    |                         | практическое занятие | <i>Настольный теннис</i><br>Совершенствование тактики игры.<br>Двухсторонние учебные игры      |

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

### Иная контактная работа

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

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

#### 4.2.2 Самостоятельная работа

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

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

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

### 5.1 Литература:

#### Основная литература

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

#### Дополнительная литература

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

#### Литература для самостоятельного изучения

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

### 5.2. Перечень лицензионного программного обеспечения

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

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

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

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

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

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

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

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

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс»

2. Справочно-правовая система «ГАРАНТ-Максимум»

### **5.5. Специальные помещения**

|                                                                                   |                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа                         | Комплекты ученической мебели<br>Мультимедийный проектор<br>Доска<br>Экран                                                       |
| Учебные аудитории для проведения практических занятий (занятий семинарского типа) | Комплекты ученической мебели<br>Мультимедийный проектор<br>Доска<br>Экран<br>Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ |
| Спортивный зал                                                                    | Спортивное оборудование и инвентарь                                                                                             |
| Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций                     | Комплекты ученической мебели<br>Мультимедийный проектор<br>Доска<br>Экран<br>Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ |
| Учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации                | Комплекты ученической мебели<br>Мультимедийный проектор<br>Доска<br>Экран<br>Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ |
| Помещения для самостоятельной работы                                              | Комплекты ученической мебели<br>Мультимедийный проектор<br>Доска<br>Экран<br>Компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и ЭИОС СГЭУ |
| Помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования              | Комплекты специализированной мебели для хранения оборудования                                                                   |

## 5.6 Лаборатории и лабораторное оборудование

Не предусмотрено

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

### 6.1. Контрольные мероприятия по дисциплине

| Вид контроля           | Форма контроля                 | Отметить<br>нужное<br>знаком<br>« + » |
|------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|
| Текущий контроль       | Оценка докладов (научное эссе) | +                                     |
|                        | Устный/письменный опрос        | -                                     |
|                        | Тестирование                   | +                                     |
|                        | Практические задачи            | -                                     |
| Промежуточный контроль | Зачет                          | +                                     |

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

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

#### Универсальные компетенции (УК):

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

| Планируемые<br>результаты<br>обучения по<br>программе | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       | УК-7.1: Знать:                                                                                              | УК-7.2: Уметь:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | УК-7.3: Владеть (иметь навыки):                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                       | виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни | применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового | средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования; культурой осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | образа и стиля жизни                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Пороговый                                               | Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры.                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Уметь использовать средства и методы физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни.                                                                                                                                                                                                    | Владеть навыками применения средств и методов физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни.                                                                                                                                                                                                       |
| Стандартный<br>(в дополнение к пороговому)              | Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.                                                                                                                                                                                 | Уметь использовать средства и методы физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.                                                                                                                                  | Владеть навыками использования средств физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.                                                                                                                                            |
| Повышенный<br>(в дополнение к пороговому, стандартному) | Знать о роли физической культуры в обеспечении здоровья, основы физической культуры, средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности с применением средств и методов физической культуры. | Уметь применять средства и методы физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, поддержания должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни, сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования, поддержания должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

УК-9 - Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

|                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Планируемые результаты обучения по программе | <b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          |
|                                              | УК-9.1: Знать:                                                                                                                                                | УК-9.2: Уметь:                                                                                                                                                  | УК-9.3: Владеть (иметь навыки):                                                                                                                                                                          |
|                                              | понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах | планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья, адаптировать получение информации пользователем с ОВЗ | навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья. С помощью цифровых технологий выстраивает траектория личностного взаимодействия с лицами |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 | с ОВЗ                                                                                                                                                                                             |
| Пороговый                                               | понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах                                                 | планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья, адаптировать получение информации пользователем с ОВЗ | навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья                                                                                    |
| Стандартный<br>(в дополнение к пороговому)              | Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.                                                                                  | Уметь применять базовые дефектологические знания в социальной сфере жизнедеятельности                                                                           | Владеть навыками взаимодействия с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность в социальной и профессиональной сферах.                                                     |
| Повышенный<br>(в дополнение к пороговому, стандартному) | Знать о принципах недискриминационного взаимодействия при коммуникации в различных сферах жизнедеятельности, с учетом социальных психофизических особенностей лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья. | Уметь применять базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах.                                                                        | Владеть навыками использования средств физической культуры для поддержания своего здоровья, физического самосовершенствования лицам, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность. |

### 6.3. Паспорт оценочных материалов

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

### 6.4. Оценочные материалы для текущего контроля

#### Примерная тематика докладов (научное эссе)

| Раздел дисциплины           | Темы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Общая физическая подготовка | <p>I. Теоретико-методологические основы АФК:</p> <p>1) История становления и развития адаптивной физической культуры в России и за рубежом.</p> <p>2) Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</p> <p>3) Виды адаптивной физической культуры (адаптивное физическое</p> |

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  | <p>воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация, креативные телесно-ориентированные практики).</p> <p>4) Средства и методы адаптивной физической культуры, их специфика.</p> <p>5) Роль АФК в системе комплексной реабилитации и абилитации лиц с ОВЗ и инвалидов.</p> <p>6) Педагогические технологии в адаптивной физической культуре.</p> <p>7) Диагностика и контроль в адаптивной физической культуре: методы и критерии оценки.</p> <p>8) Индивидуализация и дифференциация процесса занятий АФК.</p> <p>II. Частные методики АФК для различных нозологических групп:</p> <p>1) Особенности АФК при нарушениях опорно-двигательного аппарата (ДЦП, ампутации, травмы позвоночника и др.).</p> <p>2) АФК для лиц с нарушениями зрения (слепые и слабовидящие).</p> <p>3) АФК для лиц с нарушениями слуха (глухие и слабослышащие).</p> <p>4) АФК при интеллектуальных нарушениях (умственная отсталость, расстройства аутистического спектра).</p> <p>5) АФК при соматических заболеваниях (сердечно-сосудистые, дыхательные, эндокринные и др.).</p> <p>6) АФК для лиц с психическими расстройствами.</p> <p>7) АФК в геронтологии: особенности работы с пожилыми людьми с ОВЗ.</p> <p>8) Гидрореабилитация как средство АФК для различных категорий лиц с ОВЗ.</p> <p>9) Иппотерапия и лечебная верховая езда в системе АФК.</p> <p>10) Эрготерапия как компонент адаптивной физической культуры.</p>                                                                                    |
| Спортивно-техническая подготовка | <p>I. Адаптивный спорт:</p> <p>1) Паралимпийское движение: история, структура, виды спорта.</p> <p>2) Сурдлимпийское движение: история, структура, виды спорта.</p> <p>3) Организационно-методические основы подготовки спортсменов в адаптивном спорте.</p> <p>4) Психологическая подготовка спортсменов-инвалидов.</p> <p>5) Проблемы и перспективы развития адаптивного спорта в России (или конкретном регионе).</p> <p>6) Особенности судейства в адаптивном спорте (на примере конкретного вида).</p> <p>7) Медико-биологическое сопровождение в адаптивном спорте.</p> <p>8) Популярные виды адаптивного спорта: правила, особенности, влияние на организм (например, бочча, голбол, следж-хоккей, волейбол сидя, пара-атлетика, пара-плавание и т.д.).</p> <p>II. Социально-психологические и организационные аспекты АФК:</p> <p>1) Социализация и интеграция лиц с ОВЗ средствами адаптивной физической культуры.</p> <p>2) Формирование мотивации к занятиям АФК у лиц с ОВЗ.</p> <p>3) Роль семьи в процессе адаптивного физического воспитания ребенка с ОВЗ.</p> <p>4) Волонтерство в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</p> <p>5) Профессиональная деятельность и личность специалиста по адаптивной физической культуре.</p> <p>6) Проектирование и реализация программ АФК в образовательных и реабилитационных учреждениях.</p> <p>7) Создание безбарьерной среды для занятий адаптивной физической культурой.</p> <p>8) Информационные технологии и технические средства реабилитации в АФК.</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>III. Научно-исследовательская деятельность в АФК:</p> <p>1)Современные научные исследования в области адаптивной физической культуры.</p> <p>2)Инновационные подходы и технологии в адаптивной физической культуре.</p> <p>3)Эффективность применения различных методик АФК (анализ исследований).</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

| № п/п | Задание                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Критерии оценивания                             |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 1     | Основное отличие бега от спортивной ходьбы?<br>А – более длинный шаг;<br>Б – больше частота шагов;<br>В – наличие фазы полета;<br>Г – менее длинный шаг                                                                                                                                                           | Выбор одного правильного ответа из предложенных |
| 2     | Какие дистанции гладкого бега считаются спринтерскими?<br>А – 30 м, 50 м;<br>Б – 60 м, 100 м, 200 м, 400 м;<br>В – 50 м, 110 м, 450 м;<br>Г – 150 м, 300 м, 600 м                                                                                                                                                 | Выбор одного правильного ответа из предложенных |
| 3     | В каком количестве выходит баскетбольная команда на игровую площадку?<br>А – 4 чел;<br>Б – 5 чел;<br>В – 6 чел;<br>Г – 8 чел.                                                                                                                                                                                     | Выбор одного правильного ответа из предложенных |
| 4     | Какие приемы относятся к технике баскетбола? Указать все верные.<br>А – ведение и передача;<br>Б – бросок;<br>В – вырывание и выбивание;<br>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?<br>А – 5 чел;<br>Б – 6 чел;<br>В – 8 чел;<br>Г – 10 чел.                                                                                                                                                  | Выбор одного правильного ответа из предложенных |
| 6     | Волейбольная команда набирает очко (указать все верные) :<br>А- Когда команда соперника совершает ошибку;<br>Б- Когда команда соперника успешно атакует;<br>В- Когда команда соперника получает замечание;<br>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?<br>А – подающая команда проигрывает розыгрыш очка;<br>Б – мяч остается в игре;<br>В – розыгрыш очка повторяется;<br>Г – подающая команда выигрывает розыгрыш очка. | Выбор одного правильного ответа из предложенных |
| 8     | Стандартный размер баскетбольной площадки                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                 |
| 9     | На какие категории делятся действия игроков в волейболе?                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                 |
| 10    | Какое количество побед из пяти партий в волейболе на официальных соревнованиях является условием выигрыша?                                                                                                                                                                                                        |                                                 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 11 | Что назначает судья за нарушение правил игры в баскетболе, фол на игроке, находящемся в процессе броска?                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                   |
| 12 | Какова длина дистанции в соревнованиях по марафонскому бегу?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                   |
| 13 | Укажите размеры волейбольной площадки в классическом волейболе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                   |
| 14 | Какому игроку не разрешается выполнять нападающий удар по мячу, находящемуся выше верхнего края сетки в пределах зоны нападения?                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                   |
| 15 | <p><b>Задача 1: Планирование тренировок для студента</b></p> <p><b>Ситуация:</b><br/>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.</p> <p>Перечислить основные показатели физической нагрузки, которые нужно учесть при составлении плана?</p> |                                                                                   |
| 16 | <p><b>Задача 2: Анализ посещаемости студенческой спортивной секции</b></p> <p><b>Ситуация:</b><br/>В университете есть секция по волейболу, но посещаемость студентов снижается. Руководство секции просит вас проанализировать ситуацию.</p> <p>Какие данные вам необходимо собрать о секции и студентах для анализа ситуации?</p>                                                       | <p>Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов</p> |
| 17 | <p><b>Задача 3: Оптимизация тренировочного процесса</b></p> <p><b>Ситуация:</b></p> <p>Студент жалуется на отсутствие прогресса в тренировках, хотя занимается регулярно.</p> <p>Какие основные показатели в действиях студента вам нужно учесть для анализа?</p>                                                                                                                         | <p>Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов</p> |
| 18 | <p><b>Задача 4: Организация спортивного мероприятия</b></p> <p><b>Ситуация:</b></p> <p>Университет планирует провести «День здоровья» для студентов.</p> <p>Этапы организации мероприятия?</p>                                                                                                                                                                                            | <p>Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов</p> |
| 19 | <p><b>Задача 5: Анализ питания студента</b></p> <p><b>Ситуация:</b></p> <p>Студент жалуется на усталость и низкую энергию во время тренировок.</p> <p>Как вы можете скорректировать его питание (на что обратить внимание)?</p>                                                                                                                                                           | <p>Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов</p> |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                               |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20 | <b>Задача 6: Травма во время тренировки</b><br><br><b>Ситуация:</b><br><br>Во время футбольной тренировки игрок почувствовал резкую боль в колене после неудачного падения.<br><br>Что нужно сделать в первую очередь?                                                  | Ответ считается “верным”, если студент дал не менее 3-х правильных ответов                    |
| 21 | <b>Задача 7: Анализ эффективности спортивного клуба</b><br><br><b>Ситуация:</b><br><br>Студенческий спортивный клуб "САМЭК" хочет увеличить количество членов. Вам нужно проанализировать текущую ситуацию.<br><br>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.<br>Жен. | 30<br>25       | 25<br>22 | 20<br>19 | 18<br>17 |
| Накат слева по диагонали (кол-во раз) (1,3)        | Муж.<br>Жен. | 20<br>18       | 18<br>16 | 16<br>14 | 14<br>12 |
| Накат справа по диагонали (кол-во раз) (2,4)       | Муж.<br>Жен. | 20<br>18       | 18<br>16 | 16<br>14 | 14<br>12 |
| Накат справа по прямой (кол-во раз) (2,4)          | Муж.<br>Жен. | 20<br>18       | 18<br>16 | 16<br>14 | 14<br>12 |
| Игра на счет по правилам соревнований (4)          | Муж.<br>Жен. | зачёт<br>зачёт |          |          |          |

## 6.5. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

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

| Раздел дисциплины                | Вопросы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Общая физическая подготовка      | <p>Понятие о здоровье и болезни. Внешние и внутренние причины болезни (на примере "своего" заболевания).</p> <p>2. Расстройства кровообращения.</p> <p>3. Нарушение тканевого обмена веществ и тканевого роста.</p> <p>4. Воспаление. Нарушение терморегуляции.</p> <p>5. Определение и оценка физического развития и телосложения.</p> <p>6. Характеристика сердечно-сосудистой системы.</p> <p>7. Характеристика системы внешнего дыхания.</p> <p>8. Характеристика нервной и нервно-мышечной систем.</p> <p>9. Характеристика эндокринной, пищеварительной, выделительной систем и систем крови.</p> <p>10. Особенности врачебного контроля за женщинами, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>11. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками, юношами и девушками, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>12. Особенности врачебного контроля за лицами среднего и пожилого возраста, занимающимися физическими упражнениями и спортом.</p> <p>13. Травмы и заболевания при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>14. Острые патологические состояния при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>15. Перетренированность и перенапряжение при занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>16. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.</p> <p>17. Физическая культура и резервные возможности организма.</p> <p>18. Особенности физического воспитания студентов после заболевания сердечно-сосудистой системы.</p> <p>19. Особенности физического воспитания студентов после заболеваний органов дыхания.</p> <p>20. Особенности физического воспитания студентов после заболеваний центральной нервной системы.</p> <p>21. Особенности физического воспитания студентов при нарушениях обмена веществ.</p> |
| Спортивно-техническая подготовка | <p>1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.</p> <p>2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.</p> <p>3. ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.</p> <p>4. ЛФК при холецистите, желчнокаменной болезни.</p> <p>5. ЛФК при опущении органов брюшной полости (спланхноптозе).</p> <p>6. ЛФК при заболеваниях обмена веществ.</p> <p>7. ЛФК при повреждениях плечевого пояса и верхних конечностей.</p> <p>8. ЛФК при переломах таза и нижних конечностей.</p> <p>9. ЛФК при переломах позвоночника.</p> <p>10. ЛФК при заболеваниях суставов.</p> <p>11. ЛФК после хирургических вмешательств на органах грудной клетки.</p> <p>12. ЛФК при хирургических заболеваниях и повреждениях органов грудной полости.</p> <p>13. ЛФК при дефектах осанки.</p> <p>14. ЛФК при сколиозах.</p> <p>15. ЛФК при плоскостопии.</p> <p>16. ЛФК при заболеваниях и травмах периферических нервов.</p> <p>17. ЛФК при поражениях спинного мозга.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | 18. ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга.<br>19. ЛФК при неврозах.<br>20. Первая медицинская доврачебная помощь при повреждениях конечностей.<br>21. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.<br>22. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах нервной системы.<br>23. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах внутренних органов.<br>24. Первая медицинская доврачебная помощь при травмах носа, уха, гортани, зубов и глаз.<br>25. Первая медицинская доврачебная помощь при обморочных состояниях.<br>26. Первая медицинская доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударах.<br>27. Первая медицинская доврачебная помощь при гипогликемических состояниях.<br>28. Первая медицинская доврачебная помощь при утоплении.<br>29. Первая медицинская доврачебная помощь при отморожениях и замерзании.<br>30. Первая медицинская доврачебная помощь при пищевых отравлениях.<br>31. Реанимационные мероприятия при остановке сердца и дыхания.<br>32. Иммобилизация при переломах: основные принципы наложения шин.<br>33. Методы иммобилизации отдельных частей тела.<br>34. Виды, способы и правила транспортировки пострадавших. |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

##### Шкала и критерии оценивания

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