Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ганеев Винер Валиахметович
Должность: Директор
Дата подписания: 13.11.2026 13:32:54
Уникальный программный ключ:
fceab25d7092f3bff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий»

Бирский филиал

ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

УТВЕРЖДАЮ:
Декан
подписано ЭЦП Ардеев Р.Г.
(подпись, инициалы, фамилия)

«__26__»_____02_____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и организация адаптивной физической культуры

(наименование дисциплины)

ОПОП ВО программа бакалавриата
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация)

Физическая культура, Реабилитационная педагогика

наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения
очная

(очная, очно-заочная, заочная)

Бирск 2026 г.

Рабочая программа составлена на основании учебного плана основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль Физическая культура, Реабилитационная педагогика, одобренного ученым советом Бирского филиала Уфимского университета науки и технологий (протокол №7 от 27.02.2026 г.) и утвержденного директором Бирского филиала 27.02.2026.

Зав.кафедрой кафедры физической культуры и спорта *(наименование кафедры разработчика программы)*	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.
Разработчик программы	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.
Руководитель образовательной программы	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.

1. Цель дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1. Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины: освоить обучающимися основы фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1. – Результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)		Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной
код компетенции	наименование компетенции	
ОПК-3	Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов:	ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов
		ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся
		ОПК-3.3. Знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 3 зачетные единицы (з.е.), 108 академических часов.

Таблица 2 – Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
Общая трудоемкость дисциплины	108	6 семестр - 108

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	42	6 семестр - 42
в том числе:		
лекции	18	6 семестр - 18
лабораторные занятия	0	
практические занятия	24	6 семестр - 24
Другие виды работ в соответствии с УП:		
контрольная работа	0	
консультации	1	6 семестр - 1
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	66	6 семестр - 66
Из них:		
контроль	34.8	
ФКР:		
зачет	0	
зачет с оценкой	0	
курсовая работа (проект)	0	
экзамен	1.2	6 семестр - 1

3 Содержание дисциплины

Таблица 3 – Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности				Форма текущего контроля успеваемости
		Лек, час.	П, час.	Эк, час.	СРС, час.	
3 курс / 6 семестр						
1	Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры					
1.1	Основные понятия и термины адаптивной физической культуры Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	1	1		1	Устный опрос, Тестирование
1.2	Адаптивная физическая культура как интегративная наука, учебная дисциплина и область социальной практики	1	1		1	Устный опрос, Тестирование

	АФК как интегративная наука. АФК как учебная дисциплина. АФК как сфера социальной практики.					
1.3	Функции адаптивной физической культуры Понятие и классификация функций АФК. Характеристика реабилитационных функций. Характеристика педагогических функций. Характеристика функций физического воспитания и спорта. Характеристика социальных функций.	2	1		2	Устный опрос, Тестирование
1.4	Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры Адаптивное физическое воспитание (образование). Адаптивный спорт. Адаптивная двигательная рекреация. Адаптивная физическая реабилитация. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры. Экстремальные виды двигательной активности.	2	1		2	Устный опрос, Тестирование
1.5	Средства адаптивной физической культуры Физические упражнения. Дополнительные средства (специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, средства вербального (речевого) воздействия, идеомоторные и психорегулирующие упражнения, средства обеспечения наглядности, технические средства и тренажеры. Естественно-средовые и гигиенические средства.	2	1		2	Устный опрос, Тестирование
1.6	Методы адаптивной физической культуры Методы обучения (краткая характеристика методов обучения, методы стимулирования учебной деятельности, методы контроля и самоконтроля в обучении). Методы воспитания (методы формирования нравственного сознания, методы формирования нравственного поведения, методы регулирования, корректирования и стимулирования поведения и деятельности. Методы развития физических качеств и способностей.	2	1		2	Тестирование, Устный опрос
1.7	Принципы и формы организации занятий в адаптивной физической культуре	2	1		2	Тестирование, Устный опрос

	Понятие и классификация принципов АФК. Реабилитационные принципы. Педагогические принципы (общеметодические принципы, принципы воспитания). Принципы физического воспитания и спорта. Социальные принципы. Урочные формы организации занятий в адаптивной физической культуре. Неурочные формы организации занятий в адаптивной физической культуре.					
2	Обучение, воспитание и развитие физических способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья					
2.1	Обучение в адаптивной физической культуре Особенности действий, используемых в адаптивной физической культуре. Структура процесса обучения действиям и особенности содержания ее этапов (этап начального разучивания действия, этап углубленного разучивания действия, этап результирующей отработки действия).	2	1		2	Тестирование, Устный опрос
2.2	Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой Личностно-ориентированная гуманистическая аксиологическая концепция отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья. Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья (целеустремленность и самообладание). Морально-нравственное воспитание занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.	2	1		2	Тестирование, Устный опрос
2.3	Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре Терминологические уточнения. Автономные физические упражнения. Технологии императивного развития физических способностей. Средства и методы развития физических способностей у лиц, использующих технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя.	2	1		2	Тестирование, Устный опрос
3	Характеристика основных видов адаптивной физической культуры					

3.1	Исторический аспект и перспективы развития адаптивной физической культуры и спорта в Российской Федерации и за рубежом История развития и становления АФК в нашей стране. Развитие АФК за рубежом. Организация адаптивного спорта в РФ и за рубежом.		2		2	Тестирование, Семинар
3.2	Адаптивное физическое воспитание Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания. Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию с детьми 1-го года жизни. Занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников. Адаптивное физическое воспитание с лицами пожилого возраста. Программная и нормативная основы адаптивного физического спорта. Конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания.		4		4	Семинар, Тестирование, Практическое задание
3.3	Адаптивная двигательная рекреация (АДР) Организация адаптивной двигательной рекреации. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация функций и принципов АДР. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации. .Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. Ориентирование по тропам в системе адаптивной двигательной рекреации. Водные виды адаптивной двигательной рекреации. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации.		4		4	Тестирование, Семинар, Практическое задание

	Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации. Танцы на инвалидных колясках. Художественная гимнастика на инвалидных колясках. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными. Спартианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в адаптивной двигательной рекреации. Другие виды двигательной активности в адаптивной. Классификация и систематизация условий проведения занятий по АДР.					
3.4	Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности. Отличительные черты креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Конкретизация ведущих функций и принципов креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.		4		2	Практическое задание, Тестирование, Семинар
3.5	Экзамен			1	36	
Итого по 3 курсу 6 семестру		18	24	1	66	
Итого по дисциплине		18	24	1	66	

Таблица 4 – Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Наименование семинарских и практических работ	Объем, час.

4. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины. Баллы, выставляемые за конкретные виды деятельности представлены ниже.

Контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости

Тестовые задания

Описание тестовых заданий: тестовые задания включают тесты закрытого типа (с одним правильным ответом), тесты на установлении последовательности и на установление соответствия. Оценка за выполнение тестовых заданий выставляется на основании процента заданий, выполненных студентами в процессе прохождения промежуточного и рубежного контроля знаний

1. Адаптивная физическая культура – это…

А) вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества

Б) вид культуры человека и общества

В) процесс и результат освоения, развития и распространения материальных и духовных ценностей

Г) мера и способ развития человека

2. К средствам АФК относятся:

А) физическое воспитание и спорт

Б) физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы

В) гигиенические факторы

Г) технико-тактические действия

3. Вид адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, общении – это ….

А) адаптивная двигательная рекреация

Б) адаптивная физическая реабилитация

В) антистрессовая пластическая гимнастика

Г) психогимнастика

4. Технические средства, обеспечивающие деятельность, целью которой является, собственно, перемещение технического средства с находящимся в нем занимающимся, а двигательные действия по управлению, маневрированию этим средством составляют саму суть рассматриваемой деятельности

А) перемещающие

Б) обеспечивающие

В) фиксирующие

Г) страхующие

5. Адаптивно-двигательная рекреация ориентирована на…

А) удовлетворение потребности человека с ограниченными возможностями здоровья в получении необходимых знаний в области физической культуры

Б) удовлетворение потребности человека с ограниченными возможностями здоровья в получении удовольствия от двигательной активности, отдыха, смены вида

В) удовлетворение потребности человека с ограниченными возможностями здоровья в получении социальных льгот и гарантий

Г) показательные выступления, выездные концерты, тренировочные сборы; участие в соревнованиях; медико-восстановительные мероприятия; тестирование и контроль

1. Установить соответствие между видом АФК и потребностями индивида с ОСЗ, которые удовлетворяет вид

1. Адаптивный спорт 2. Адаптивная физическая реабилитация 3. Адаптивное физическое воспитание	А) потребность в риске, повышенном напряжении Б) потребность в отдыхе, развлечении, смене вида деятельности, общении В) потребность в лечении, восстановлении временно утраченных функций Г) потребность в самоактуализации, самореализации, коммуникативной деятельности и социализации Д) потребность в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности Е) потребность в подготовке к жизни, в формировании положительного и активного отношения к ФК

2. Установить соответствие «Способы воздействия тренажеров на занимающихся»

1. способ более активно воздействует на спортсмена, поскольку программирует временную компоненту движения и, в отличие от первого, активно использует информационный канал прямой связи 2. способ оказывает обобщенное физического воздействия в виде тяги, приложенной к его телу, как правило, в области общего центра массы тела 3. способ, обеспечивая с помощью искусственных условий выполнение той или иной части программы позы, позволяет занимающемуся с самых первых попыток осваивать оптимальный вариант двигательного действия	А) «помогает» занимающемуся Б) «направляет» их В) «управляет» перемещением звеньев Г) «облегчает» действия человека Д) «стимулирует» действия человека Е) «посылает команды» к мышцам

3. Установить соответствие «Принципы физического воспитания и спорта»

1. Принцип непрерывности и системности 2. Принцип прогрессирования воздействий 3. Принцип цикличности 4. Принцип возрастной адекватности педагогических воздействий	А) выражает обязательность постоянного повышения уровня воздействия на занимающихся, постоянного обновления и усложнения применяемых физических упражнений, методов, условий занятий, а также величины физической нагрузки по параметрам как объема, так и интенсивности Б) *у*тверждает необходимость учета в процессе занятий физическими упражнениями возрастных закономерностей развития физических способностей человека В) процесс физического воспитания и спортивной тренировки должен строиться с использованием относительно завершенных и циклически повторяющихся частей –

	микроциклов, мезоциклов и макроциклов Г) отражает фундаментальные закономерности построения занятий физическими упражнениями, которые показывают в каких случаях эффект от занятий будет положительным и будет способствовать развитию занимающегося, его прогрессу

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения тестовых заданий

Описание методики оценивания выполнения тестовых заданий: оценка за выполнение тестовых заданий ставится на основании подсчета процента правильно выполненных тестовых заданий.
Критерии оценки (в баллах*)*:
- **9-10** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 81 – 100 %;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 61 – 80 %;
- **4-6** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 41 – 60 %;
- **до 4** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 40 %;

Устный опрос

Устный опрос применяется как метод проверки знаний обучающихся по конкретной тематике
Тема. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры
1. Раскройте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура».
2. В чем сходства и различия понятий «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья»?
3. В чем смысл терминов «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни»?
4. Расскажите о структуре реабилитации инвалидов. Какие направления реабилитации выделяются в настоящее время?
5. Какова цель адаптивной физической культуры?
6. Приоритетные задачи адаптивной физической культуры. Их взаимосвязь с традиционными задачами физической культуры.
7. Роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
8. Как вы понимаете термин «социализация личности»?
9. В чем различия между социализацией и воспитанием? В чем их сходство?
10. Какова роль семьи в социализации ребенка?

Тема. Адаптивная физическая культура как интегративная наука, учебная дисциплина и область социальной практики
1. Какие области знаний интегрирует в себе адаптивная физическая культура?
2. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, валеологии, профилактической медицины, коррекционной педагогики и других отраслей знаний и практической деятельности.
3. Проиллюстрируйте пространство научных проблем адаптивной физической культуры с помощью декартовой системы координат.
4. Охарактеризуйте особенности адаптивной физической культуры как учебной дисциплины.
5. Раскройте особенности детей с умственной отсталостью.
6. Как изменяется жизнедеятельность у незрячих по сравнению со здоровыми людьми?
7. Чем обычно сопровождается потеря слуха?
8. Раскройте особенности остаточного здоровья у лиц с последствиями ДЦП.

9. Ампутация конечностей и ее влияние на организм человека.
10. Какие типичные двигательные расстройства, характерные для инвалидов всех нозологических групп, вы знаете?
11. В каких документах изложены требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре?
12. Раскройте наиболее важные области знаний и дисциплины для формирования знаний специалиста по адаптивной физической культуре.
13. Раскройте особенности управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре с позиции кибернетики.
14. В каких учреждениях, организациях и ведомствах может работать специалист по адаптивной физической культуре?

Тема. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры

1. Назовите классификационный признак, в соответствии с которым выделены виды адаптивной физической культуры.
2. Перечислите шесть видов адаптивной физической культуры.
3. Какова основная цель адаптивного физического воспитания и его основные черты?
4. В чем суть адаптивного спорта?
5. Какова основная цель адаптивной двигательной рекреации и адаптивной физической реабилитации?
6. Каким потребностям лиц с отклонениями в состоянии здоровья удовлетворяют креативные телесно-ориентированные практики двигательной активности?
7. Каковы основные цели и особенности экстремальных видов двигательной активности в адаптивной физической культуре?

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания устного опроса

Описание методики оценивания выполнения устного опроса: при оценке ответа студента на устный вопрос учитывается: насколько раскрыто содержание темы, структурированность ответа, его логичность, умение формулировать ответ, уровень понимания материала.
Критерии оценки
5 баллов выставляется студенту, если: в ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

4 балла выставляется студенту, если: основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала.
Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.
3 балла выставляется студенту, если: тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное
умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.
0-2 балла выставляется студенту, если: тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

Вопросы для семинаров

Тема. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию
План занятия

1. Преимущественная направленность содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.
2. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию.

3. Занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников.
4. Занятия по адаптивному физическому воспитанию в вузах.
5. Адаптивное физическое воспитание с лицами пожилого возраста.

Тема. Основные отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся. Управление качеством образования

План занятия

1. Основные отличительные черты методики обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании.
2. Методики развития физических способностей занимающихся, применяемые для их оздоровления.
3. Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии.
4. Управление качеством образования по адаптивному физическому воспитанию.

Тема. Цели, задачи и средства креативных (художественно-музыкальных) видов двигательной активности

План занятия

1. Цели и задачи креативных (художественно-музыкальных) видов двигательной активности.
2. Конкретизация ведущих функций и принципов креативных (художественно-музыкальных) видов двигательной активности.
3. Основные средства и методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знениями, анализировать информацию.

Критерии оценки (в баллах):

- **5** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **4** балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **3** балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;
- **0-2** балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

Практическое задание

Задание 1. Составить презентацию по теме: «Основные учреждения и организации, в которых адаптивная двигательная рекреация является основным направлением работы».

Задание 2. Составить презентацию по теме: «Содержание требований к подбору тех или иных физических упражнений для включения их в программу адаптивной физической рекреации».
Задание 3. Ориентируясь на сведения из психологии спорта и спортивно-педагогических дисциплин составить презентацию по теме: «Средства и методы формирования умений и навыков произвольного расслабления мышц».

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения практических заданий

Описание методики оценивания: при оценке выполнения практического задания наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.
Критерии оценки (в баллах) (должны строго соответствовать рейтинг плану по макс. и мин. колич. баллов и только для тех, кто учится с использованием модульно-рейтинговой системы обучения и оценки успеваемости студентов):
- **2 балла** выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение практического задания;
- **1 балл** выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение практического задания, но имеет значительные недочеты;
- **0 баллов** выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение практического задания не найдено.

Реферат

1. Адаптивная физическая культура – новая интегральная наука, учебная дисциплина, важнейшая область социальной практики.
2. Адаптивное физическое воспитание как вид адаптивной физической культуры.
3. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
4. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры.
5. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры. Возможности и перспективы.
6. История адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья)
7. Организация адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья).
8. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социализации инвалидов.
9. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
10. Основные положения методологии адаптивной физической культуры.
11. Функции адаптивной физической культуры.
12. Принципы адаптивной физической культуры.
13. Задачи адаптивной физической культуры.
14. Средства и методы адаптивной физической культуры.
15. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
16. Развитие физических качеств и способностей занимающихся в адаптивной физической культуре.
17. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся.

18. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
19. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в дошкольных образовательных учреждениях.
20. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в общеобразовательных школах.
21. Адаптивное физическое воспитание в специальностях медицинских группах в вузах.
22. Адаптивная двигательная рекреация в семье.
23. Адаптивная двигательная рекреация в государственных образовательных учреждениях.
24. Адаптивная двигательная рекреация в организациях и учреждениях системы здравоохранения.
25. Самодеятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией.
26. Типовое положение об учреждении адаптивной физической культуры и спорта.
27. Креативные (художественно-музыкальные) виды адаптивной физической культуры. Цели, задачи, функции, принципы.
28. Социально-психологические аспекты креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры как направление креативной практики инвалидов.
29. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Цели, задачи, функции, принципы.
30. Роль экстремальных видов адаптивной физической культуры в решении проблем наркомании.
31. Государственные социальные программы развития адаптивной физической культуры – главная составляющая часть социальной политики общества в сфере физической культуры.
32. Методы научного исследования в адаптивной физической культуре. Систематика и классификация.
33. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном физическом воспитании.
34. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте.
35. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивной двигательной рекреации.
36. Информационное обеспечение инвалидов в сфере адаптивной физической культуры.
37. Адаптивная физическая культура и уровень качества жизни инвалидов.
38. Адаптивная физическая культура и социальный статус инвалидов.
39. Адаптивная физическая культура и здоровый образ жизни инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
40. Адаптивная физическая культура и самовоспитание личности инвалида.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения реферата

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом реферата максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию.

Критерии оценки

- **9-10** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию, владение навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки в умении анализировать информацию, есть недочеты во владении навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если усвоено основное содержание материала, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы выводы и обобщения; уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного

изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы невысокий;
- **менее 5** баллов выставляется студенту, если не изложено основное содержание материала, изложение фрагментарное, не последовательное; не использованы выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы очень низкий.

Экзаменационные билеты

Экзамен (зачет) является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций. Структура экзаменационного билета: в билете указывается кафедра в рамках нагрузки которой реализуется данная дисциплина, форма обучения, направление и профиль подготовки, дата утверждения; билет может включать в себя теоретический(ие) вопрос(ы) и практическое задание (кейс-задание).

Примерные вопросы к экзамену, 3 курс / 6 семестр

1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.
2. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
3. АФК как интегративная наука, учебная дисциплина и как сфера социальной практики.
4. Понятие и классификация функций АФК.
5. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.
6. Средства адаптивной физической культуры.
7. Методы обучения в АФК.
8. Методы воспитания в АФК.
9. Методы развития физических качеств и способностей в АФК.
10. Понятие и классификация принципов АФК.
11. Урочные формы организации занятий в адаптивной физической культуре.
12. Неурочные формы организации занятий в адаптивной физической культуре.
13. Особенности действий, используемых в адаптивной физической культуре.
14. Структура процесса обучения действиям и особенности содержания ее этапов.
15. Личностно-ориентированная гуманистическая аксиологическая концепция отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.
16. Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
17. Морально-нравственное воспитание занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.
18. Автономные физические упражнения.
19. Технологии императивного развития физических способностей
20. Средства и методы развития физических способностей у лиц, использующих технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя.
21. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования.
22. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования.
23. Конкретизация цели и задач, функций и принципов адаптивного физического воспитания.
24. Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию.
25. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию с детьми 1-го года жизни.
26. Занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников.
27. Адаптивное физическое воспитание с лицами пожилого возраста.
28. Программная и нормативная основы адаптивного физического спорта.
29. Управление качеством образования по адаптивному физическому воспитанию.
30. Организация адаптивной двигательной рекреации. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации.

31. Конкретизация цели и задач, функций и принципов адаптивной двигательной рекреации.
32. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации.
33. Классификация и систематизация условий проведения занятий по АДР.
34. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей.
35. Ориентирование по тропам в системе адаптивной двигательной рекреации
36. Водные виды адаптивной двигательной рекреации.
37. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации.
38. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации. Танцы на инвалидных колясках.
39. Художественная гимнастика на инвалидных колясках.
40. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными.
41. Спартианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в адаптивной двигательной рекреации.
42. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности.
43. Отличительные черты креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры.
44. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры.
45. Конкретизация ведущих функций и принципов креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности.
46. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.
47. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.
48. История развития и становления АФК в нашей стране.
49. Развитие АФК за рубежом.
50. Организация адаптивного спорта в РФ и за рубежом.

Образец экзаменационного билета

<table>
<tr><td colspan="2">МИНОБРНАУКИ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ
Кафедра физической культуры и спорта</td></tr>
<tr><td>Дисциплина: Теория и организация адаптивной физической культуры
очная форма обучения
3 курс 6 семестр</td><td>Курсовые экзамены 20__-20__ г.
Направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль: Физическая культура, Реабилитационная педагогика</td></tr>
<tr><td colspan="2">Экзаменационный билет № 1
1. Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
2. Адаптивное физическое воспитание с лицами пожилого возраста.
3. Решить практическое задание</td></tr>
<tr><td>Дата утверждения: __.__._____</td><td>Заведующий кафедрой
_____</td></tr>
</table>

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на экзамене

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.
При оценке ответа на экзамене максимальное внимание должно уделяться тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, насколько ответ самостоятельный, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли раскрыты причинно-следственные связи, насколько высокий уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.
Критерии оценки (в баллах):
- **25-30 баллов** выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы билета, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Студент без затруднений ответил на все дополнительные вопросы. Практическая часть работы выполнена полностью без неточностей и ошибок;
- **17-24 баллов** выставляется студенту, если студент раскрыл в основном теоретические вопросы, однако допущены неточности в определении основных понятий. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности. При выполнении практической части работы допущены несущественные ошибки;
- **10-16** баллов выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Заметны пробелы в знании основных методов. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Студент не решил задачу или при решении допущены грубые ошибки;
- **1-10 баллов** выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент не смог ответить ни на один дополнительный вопрос.

Перевод оценки из 100-балльной в четырехбалльную производится следующим образом:
- отлично – от 80 до 110 баллов (включая 10 поощрительных баллов);
- хорошо – от 60 до 79 баллов;
- удовлетворительно – от 45 до 59 баллов;
- неудовлетворительно – менее 45 баллов.

Задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме:

6 семестр - экзамен.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины.

Для проверки *знаний* используются вопросы и задания в различных формах.

Умения, навыки (или опыт деятельности) и компетенции проверяются с помощью компетентностно-ориентированных задач (ситуационных, производственных или кейсового характера) и различного вида конструкторов.

Все задачи являются многоходовыми. Некоторые задачи, проверяющие уровень сформированности компетенций, являются многовариантными. Часть умений, навыков и

компетенций прямо не отражена в формулировках задач, но они могут быть проявлены обучающимися при их решении.

В каждый вариант включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине при использовании модульно-рейтинговой системы

Критериями оценивания при модульно-рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины:

для экзамена: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.

Шкалы оценивания:

для экзамена:

от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;

от 60 до 79 баллов – «хорошо»;

от 80 баллов – «отлично».

Рейтинг-план дисциплины

Таблица перевода баллов текущего контроля в баллы рейтинга

	5	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	5	3	2	2	1	1	1	1	1	1
2		5	4	3	2	2	2	2	2	1
3			5	4	3	3	3	2	2	2
4				5	4	4	3	3	3	2
5					5	5	4	4	3	3
6						5	5	4	4	3
7							5	5	4	4
8								5	5	4
9									5	5
10										5

Рейтинг-план дисциплины представлен в Приложении 1.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная учебная литература

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : [12+] / С. П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238
2. Минникаева, Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Минникаева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово :

Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495
3. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура : учеб. пособие для высш. учеб. заведений / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - Москва : Совет. спорт, 2000. - 240 с.

5.2. Дополнительная учебная литература

1. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учеб. пособие для высш. учеб. заведений / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Сусляев; под ред. С.П. Евсеева. - Москва : Совет. спорт, 2000. - 148
2. Евсеева, Ольга Эдуардовна. Адаптивная физическая культура в геронтологии : учеб. пособие / Евсеева Ольга Эдуардовна, Ладыгина Елена Борисовна, Антонова Анна Владимировна. - Москва : Советский спорт, 2010. - 164 с
3. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие : [16+] / Л. Н. Ростомашвили. – 2-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 164 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695535
4. Теоретико-методологические аспекты организации и проведения занятий по адаптивной, оздоровительной и лечебной физической культуре в вузе : учебное пособие : [16+] / М. С. Груза, О. В. Клычкова, Д. В. Мальцев [и др.] ; науч. ред. Е. А. Спиридонов ; Президентская академия. – Москва : Дело, 2026. – 295 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=734390
5. Сокур, Б. П. Индивидуальные игровые виды спорта и их разновидности для лиц с различными физическими возможностями : учебное пособие : [16+] / Б. П. Сокур, Ю. Н. Эртман, С. Е. Воробьева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 89 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573663

5.3. Другие учебно-методические материалы

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

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/.
3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elib.bashedu.ru/.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru/.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/.

7. Национальная платформа открытого образования npoed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://npoed.ru/.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://edu.bashkortostan.ru/.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.garant.ru/.

Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html
2. LIBREOFFICE - Договор №0301400003023000002 от 14.03.2023 (бессрочный)
3. Операционная система Astra Linux - Договор 0301400003023000002 от 14 марта 2023 бессрочно
4. Справочная Правовая Система "КонсультантПлюс" - Договор №125818-С от 28.04.2026

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Компьютер, мебель. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 214(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации, Для практических занятий	Интерактивный программно-аппаратный комплекс (доска) smart, мебель, проектор, экран.
Аудитория 214 а(ФМ)	Для хранения оборудования	Апк (диамант), апк «sporttest», апк «истоки здоровья», апк «фитнес-тест», весы, комплекс «км-ар-01 диамант», ростомер, устройство для диагностики, лечения, профилактики «карбоник» , учебно-методические пособия, эргометр.
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютер, мебель, принтер, сканер hp scanyet g2410. Программное обеспечение 1. Браузер Google Chrome 2. LIBREOFFICE 3. Операционная система Astra Linux

Читальный зал(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютер, ксерокс, мебель, принтер, учебно-методические материалы. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Операционная система Astra Linux 3. Справочная Правовая Система "КонсультантПлюс"