

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Адаптивное физическое воспитание взрослого населения
Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Реабилитационная (восстановительная) деятельность средствами физической культуры
Форма обучения	заочная
Год начала подготовки	2026
Всего ЗЕТ	-3
Всего часов	-108
Из них:	
Контактная работа по видам занятий	-12
лекции	-4
практические занятия	-8
Самостоятельная работа	-87
Промежуточная аттестация:	
Контрольная работа	5 семестр
Экзамен	5 семестр

г. Ставрополь, 2026г.

1. Цель освоения дисциплины

Цель: освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории адаптивного физического воспитания, теоретическая подготовка их к педагогической деятельности в этой области со взрослым населением, имеющим отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к части блока 1. «Дисциплины» ОПОП, формируемая участниками образовательных отношений вариативной, её изучение осуществляется в 5 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные у обучающихся в результате освоения предшествующих дисциплин:

- «Основы медицинских знаний в адаптивной физической культуры» (4 семестр).

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного освоения следующих дисциплин:

- «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» (7 семестр);
- «Адаптивная физическая культура в геронтологии» (8 семестр).

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

Результаты освоения дисциплины сформулированы в соответствии с профессиональными стандартами:

– Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.08.2025 № 482н)

Коды и содержание индикаторов компетенций	Планируемые результаты обучения(дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
ПК-1 Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания			
ПК-1.1 Разрабатывает адаптированные программы по физическому воспитанию	1.Анатомо-морфологические, психологические, особенности занимающихся различного пола,	1.Применять средства, методы, принципы адаптивной физической культуры в	Планирует нагрузку на занятия с учетом психологических и физиологических особенностей занимающихся

населения различных возрастных групп с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов	возраста и нозологических форм. А также структуру, функции, принципы, методологические основы адаптивной физической культуры для взрослого населения	соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся, учитывая морфо-функциональные, физиологические, психологические, возрастные изменения лиц с ОВЗ зрелого возраста.	различного пола и возраста
ПК-1.2 Проектирует и реализует процесс инклюзивного физкультурного воспитания и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов	Комплексный подход к организации инклюзивного физкультурного воспитания и спортивной подготовки, который включает планирование, методическую работу, проведение занятий, контроль и взаимодействие с различными специалистами и участниками образовательного процесса	Применять адаптированные методики, средства и методы обучения, которые учитывают специфику нарушений и способствуют коррекции отклонений, физической реабилитации и социальной адаптации	Разрабатывать индивидуальные программы с учётом нозологических форм, возраста, уровня физической подготовленности и функциональных возможностей занимающихся
ПК-2 Проводит занятия по адаптивной физической культуре, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека, согласно разработанному плану физической реабилитации.			
ПК-2.2 Проводит занятия по физической реабилитации инвалидов и лиц с ограничениями в состоянии здоровья по программам и методикам	1. Средства, методы и способы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья взрослого населения.	1. Составлять и применять комплексы реабилитационных упражнений для коррекции, восстановления, профилактики заболеваний	Разрабатывает реабилитационные мероприятия для различных нозологических групп

адаптивного физического воспитания		взрослого населения с отклонениями в состоянии здоровья	
ПК-3 Способен применять на практике средства и методы адаптивной физической культуры и использовать техническое оборудование для включения у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных механизмов для успешного завершения реабилитационного случая			
ПК-3.1 Определяет средства и методы адаптивной физической культуры для реализации компенсаторных возможностей организма	1. Медицинские, возрастные и психофизические требования к взрослому населению с ограниченными возможностями. 2. Влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики занимающихся различного пола и возраста, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	1.Применять средства и методы воздействия на людей зрелого возраста с ограниченными возможностями, с учетом медицинских, возрастных и психофизических требований для реализации компенсаторных возможностей организма	1.Разрабатывает программы по возрастным требованиям к лицам с ограниченными возможностями для реализации компенсаторных возможностей организма

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Семестр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
5	Раздел 1. Особенности организации адаптивного	2	4						42

	физического воспитания взрослого населения								
5	Раздел 2.Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	2	4				4		45
5	Промежуточная аттестация: экзамен								9
	Итого по дисциплине:	4	8				4		96
	Часов 108 Зач.ед. 3								
	Объем профессиональной практической подготовки (ПП)	0 час					0 час		
	Объем профессионально направленной подготовки (ПНП)	6 час					46 час		

5.Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Код индикатора компетенции	Наименование разделов	Краткое содержание разделов и тем
<i>5 семестр</i>		
ПК-1.1; ПК-1.2;	Раздел 1. Особенности организации адаптивного физического воспитания взрослого населения	Отличительные черты адаптивного физического воспитания взрослого населения.Социализирующая роль адаптивной физической культуры. Основная цель адаптивного физического воспитания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) и главная цель с точки зрения государственной политики. Иерархия и приоритетность задач адаптивного физического воспитания взрослого населения. Коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, развивающая и воспитательная функцииадаптивного физического воспитания взрослого населения. Специально-методические принципыадаптивного физического воспитания взрослого населения: диагностирования (учета особенностей основного дефекта, его структуры,

		времени поражения, медицинского прогноза, показаний и противопоказаний к использованию физических упражнений, а также сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений), коррекционно-развивающей, компенсаторной и профилактической направленности.
ПК-2.2; ПК-3.1	Раздел 2. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	Подбор теоретических сведений, физических упражнений, их дозировки и технических средств. Формирование ценностных ориентации, потребностей, действенных мотивов занятий физическими упражнениями. Обучение двигательным действиям, его основная направленность. Интеллектуальная составляющая действий, включающая в себя образ системы условий, которые должен использовать человек, осуществляющий действие. Формирование у занимающихся образа ориентированной основы действия (ООД). Поэтапное освоение сенсорно-перцептивных составляющих двигательных действий, действий с предметами, вещами, воспринимаемыми с помощью органов чувств, словесное описание содержания ориентировочной основы действия с указанием всех необходимых операций - основных опорных точек. Четыре наиболее употребляемые методики развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Особенности текущего, этапного и циклового планирования в адаптивном физическом воспитании взрослого населения. Медико-психологический и педагогический контроль за занимающимися. Формы самоконтроля.

5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол -во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
5 семестр					

Раздел 1	Тема 1. Особенности организации адаптивного физического воспитания взрослого населения	2	1. Отличительные черты адаптивного физического воспитания взрослого населения. 2. Иерархия и приоритетность задач адаптивного физического воспитания взрослого населения. 3. Социализирующая роль адаптивной физической культуры. 3. Подбор теоретических сведений, физических упражнений, их дозировки и технических средств в содержании занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	ОФО	
Раздел 2.	Тема 2. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	2	1. Виды, формы, направления содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения. 2. Обучение двигательным действиям, его основная направленность. 3. Интеллектуальная составляющая действий. 4. Поэтапное освоение двигательных действий.	ОФО	
	Всего часов	4		4	

5.3 Семинары - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

5.4 Лабораторные занятия - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

5.5. Практические занятия

№ Раздела	Наименование занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)

5 семестр					
Раздел 1	Тема 1. Особенности различных нозологических групп взрослого населения	2	1. Морфофункциональные, физиологические, психологические, возрастные изменения у лиц: - с нарушением слуха; - с нарушением зрения; с церебральным параличом; - с ампутацией конечности (ей); - с аутизмом.	ОФО	
	Тема 2. Средства оздоровительно й физической культуры, развивающие компоненты здоровья	2	1. Средства, оказывающие воздействие на физический, психологический, социальный, энергетический компоненты здоровья. 2. Методики развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 3. Расскажите о соблюдение принципа «навстречу собственной природе».	ОФО	ПНП
Раздел 2	Тема 3. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	2	1. Назовите формы организации занятий адаптивного физического воспитания. 2. Обозначьте средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения;	ОФО	ПНП

Тема 4. Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	2	1. Опишите особенности развития и совершенствования гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, речи и интеллекта. 2. Охарактеризуйте особенности развития и совершенствования гибкости у лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата	ОФО	ПНП
Всего часов	8		8	6

5.6. Клинические практические занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

5.7. Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы дисциплины или раздела	Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся / контроль самостоятельной работы	Оценочное средство	Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ ПП	Код индикатора компетенц ии
Раздел 1. Особенности организации адаптивного физического воспитания взрослого населения	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	20	ПК-1.1; ПК-1.2;
	Индивидуальные задания (ПНП)	Темы для индивидуальных заданий	22/22	

Раздел 2. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.	Индивидуальные задания (ПНП)	Темы для индивидуальных заданий	20/20	ПК-2.2; ПК-3.1
	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	10/4	
	Написание докладов	Тематика докладов	15	
Раздел 1-2	Подготовка к экзамену	Темы экзаменационных вопросов	9	ПК-1.1; ПК-1.2; ПК-2.2; ПК-3.1
Всего часов			96/46	

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Лекционный материал по дисциплине «Адаптивное физическое воспитание взрослого населения».
2. Методические рекомендации к практическим занятиям по дисциплине «Адаптивное физическое воспитание взрослого населения».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Адаптивное физическое воспитание взрослого населения».

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

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Индикаторы	Семестр	Этап формирования
ПК-1	ПК-1.1	5	промежуточный
ПК-1	ПК-1.2	5	промежуточный
ПК-2	ПК-2.2	5	промежуточный
ПК-3	ПК-3.1	5	промежуточный

7.2 Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

Компетенция ПК-1 Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания

ПК-1.1 Разрабатывает адаптированные программы по физическому воспитанию населения различных возрастных групп с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	1. Анатомо-морфологические, психологические, особенности занимающихся различного пола, возраста и нозологических форм. А также структуру, функции, принципы, методологические основы адаптивной физической культуры для взрослого населения	1.Анализирует структуру, функции, принципы, методологические основы адаптивной физической культуры людей пожилого и старшего возраста 2.Формулирует цели и задачи адаптивной физической культуры людей пожилого и старшего возраста	Участие в дискуссии	Итоговое индивидуальное задание
Умеет	1.Применять средства, методы, принципы адаптивной физической культуры в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся, учитывая морфо-функциональные, физиологические, психологические, возрастные изменения лиц с ОВЗ зрелого возраста.	1.Обоснованно применять фундаментальные знания в области адаптивной физической культуры	Участие в дискуссии	Итоговое индивидуальное задание
		2.Умеет применять средства и методы адаптивной физической культуры		
Владеет навыком	1. Планирует нагрузку на занятия с учетом психологических и физиологических особенностей занимающихся различного пола и	1.Демонстрирует навык в разработке тренировочных программ, с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	Демонстрация практического навыка	Итоговое индивидуальное задание

	возраста			
--	----------	--	--	--

ПК-1.2 Проектирует и реализует процесс инклюзивного физкультурного воспитания и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	1. Комплексный подход к организации инклюзивного физкультурного воспитания и спортивной подготовки, который включает планирование, методическую работу, проведение занятий, контроль и взаимодействие с различными специалистами и участниками образовательного процесса	1.Анализирует цели и задачи адаптивного физического воспитания и его основные виды	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание
		2. Формулирует цели и задачи при индивидуальном подходе к занимающимся		
Умеет	1. Применять адаптированные методики, средства и методы обучения, которые учитывают специфику нарушений и способствуют коррекции отклонений, физической реабилитации и социальной адаптации	1.Обоснованно определяет средства и методы в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры и с учетом индивидуальных особенностей развития физических качеств	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание
		2.Разрабатывает тренировочные программы, с учетом индивидуальных особенностей развития физических качеств Разрабатывает реабилитационные мероприятия для различных нозологических групп		

Владеет навыком	1. Разрабатывать индивидуальные программы с учётом нозологических форм, возраста, уровня физической подготовленности и функциональных возможностей занимающихся	Демонстрирует навык владения методами обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения	Демонстрация практического навыка	Итоговое индивидуальное задание
-----------------	---	---	-----------------------------------	---------------------------------

Компетенция ПК-2 Проводит занятия по адаптивной физической культуре, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека, согласно разработанному плану физической реабилитации.

ПК-2.2 Проводит занятия по физической реабилитации инвалидов и лиц с ограничениями в состоянии здоровья по программам и методикам адаптивного физического воспитания

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	1. Средства, методы и способы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья взрослого населения.	1.Анализирует цели и задачи адаптивного физического воспитания и его основные виды	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание
		2. Формулирует цели и задачи при индивидуальном подходе к занимающимся		
Умеет	1. Составлять и применять комплексы реабилитационных упражнений для коррекции, восстановления, профилактики заболеваний взрослого населения с отклонениями в состоянии здоровья	1.Обоснованно определяет средства и методы в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры и с учетом индивидуальных особенностей развития физических качеств	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание
		2.Разрабатывает тренировочные программы, с учетом индивидуальных особенностей развития физических качеств		

Владеет навыком	1. Разрабатывает реабилитационные мероприятия для различных нозологических групп	Демонстрирует навык владения методами обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения	Демонстрация практического навыка	Итоговое индивидуальное задание
-----------------	--	---	-----------------------------------	---------------------------------

Компетенция ПК-3 Способен применять на практике средства и методы адаптивной физической культуры и использовать техническое оборудование для включения у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных механизмов для успешного завершения реабилитационного случая

ПК-3.1 Определяет средства и методы адаптивной физической культуры для реализации компенсаторных возможностей организма

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	1. Медицинские, возрастные и психофизические требования к взрослому населению с ограниченными возможностями. Влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики занимающихся различного пола и возраста, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	1. Анализирует средства адаптивного физического воспитания. 2. Анализирует методы адаптивного физического воспитания. 3. Составляет комплексы физических упражнений с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание

Умеет	1. Применять средства и методы воздействия на людей зрелого возраста с ограниченными возможностями, с учетом медицинских, возрастных и психофизических требований для реализации компенсаторных возможностей организма	1.Разрабатывает современные технологии проведения занятий в адаптивном физическом воспитании. 2.Описывает средства и методы адаптивного физического воспитания. для профилактических мероприятий для людей пожилого и старшего возраста с опорой на оставшиеся функции.	Участие в дискуссии. Написание и защита реферата	Итоговое индивидуальное задание
Владеет навыком	1. Разрабатывает программы по возрастным требованиям к лицам с ограниченными возможностями для реализации компенсаторных возможностей организма	1.Владеет методами, методическими приемами при проведении занятий в адаптивном физическом воспитании. 2. Составляет программу профилактических мероприятий для людей пожилого и старшего возраста с опорой на оставшиеся функции	Демонстрация практического навыка	Итоговое индивидуальное задание

Описание шкал оценивания

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации по дисциплине экзамен

Балл	Оценка	Уровень сформированности компетенции
от 4,5 до 5,0	«зачтено»	Высокий
от 3,5 до 4,4	«зачтено»	Средний
от 2,5 до 3,4	«зачтено»	Пороговый
менее 2,5	«не зачтено»	Минимальный

Оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся, глубоко и прочно усвоившему программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагающему, в ответе которого тесно увязываются теория с практикой. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, показывает знакомство с монографической литературой, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка **«хорошо»** выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, грамотно и по существу его излагающему, который не допускает существенных неточностей в ответе, правильно применяет теоретические положения при решении практических работ и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающемуся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности изложения программного материала и испытывает трудности в выполнении практических навыков.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает ошибки, неуверенно выполняет или не выполняет практические работы.

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Перечень практических навыков:

1. Показать роль адаптивной физической культуры в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Дать анализ функциям, принципам, средствам и методам адаптивной физической культуры.
3. Показать взаимосвязь средств и методов адаптивной физической культуры
4. Решение ситуационных задач по темам: «Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения», «Планирование и организация занятий адаптивного физического воспитания взрослого населения».
5. Дискуссия по проблеме методики обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
6. Дискуссия по проблеме организации междисциплинарной команды специалистов для работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
7. Дискуссия по проблеме адаптивного спорта с традиционной и нетрадиционной соревновательной деятельностью.
8. Демонстрация практических навыков на занятиях адаптивной физической культурой
9. Составление мини-проекта: «Отличительные черты методики развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося:

1. Адаптивное физическое воспитание – как вид адаптивной физической культуры.
2. Цель и основные задачи адаптивного физического воспитания.

3. Организация адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
4. Адаптивный спорт – социальный феномен, интегрирующий лечебное рекреационное и спортивное направления физической культуры.
5. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
6. Умственное (интеллектуальное) воспитание на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.
7. Нравственное воспитание на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.
8. Эстетическое воспитание на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.
9. Экологическое воспитание и адаптивному физическому воспитанию.
10. Различия и сходства между социализацией и воспитанием.
11. Социализирующая роль адаптивной физической культуры.
12. Факторы социализации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
13. Организация физической реабилитации (ЛФК и физических методов лечения) в стационарных лечебных учреждениях.
14. Формирование здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
15. Отличительные черты адаптивного физического воспитания взрослого населения.
16. Основная цель адаптивного физического воспитания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
17. Иерархия и приоритетность задач адаптивного физического воспитания взрослого населения.
18. Задачи коррекции основного дефекта (сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, речи, интеллекта, соматических функциональных систем и др.), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом и сопутствующими заболеваниями.
19. Задачи компенсации функций организма в случае невозможности коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений.
20. Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений при наличии тех или иных дефектов.
21. Адаптация традиционной группы задач физической культуры – образовательных, воспитательных, оздоровительных – для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп.
22. Ведущие функции и принципы адаптивного физического воспитания.
23. Коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, развивающая и воспитательная функции адаптивного физического воспитания взрослого населения.
24. Педагогические принципы развития физических способностей.
25. Специально-методические принципы адаптивного физического воспитания взрослого населения.
26. Физическое упражнение – основное средство адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений.
27. Формы адаптивного физического воспитания.
28. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
29. Естественно-средовые и гигиенические факторы в адаптивной физической культуре.
30. Общепедагогические и другие средства и методы в АФК (вербальные, идеомоторные и психорегулирующие, наглядные, технические и др.).
31. Средства адаптивного физического воспитания. Характеристика основных групп.
32. Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений: мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения речи, эмоционально-волевой сферы, зрения, слуха, соматических заболеваний и др.

33. Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелезания, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки усилий, пространства, времени; равновесия; быстроты реагирования на изменяющиеся условия, дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др.
34. Сюжетные и подвижные игры – важнейший компонент содержания адаптивной физической культуры. Классификация сюжетных и подвижных игр.
35. Игры, интегрирующие двигательную активность и деятельность, характерную для других учебных дисциплин; с элементами математических представлений, с речевой деятельностью, с информацией об окружающем мире, с представлениями о частях тела, о направлениях движения.
36. Структура и содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию взрослого населения.
37. Подбор теоретических сведений, физических упражнений, их дозировки и технических средств в адаптивном физическом воспитании.
38. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
39. Формирование ценностных ориентации, потребностей, действенных мотивов занятий физическими упражнениями, аксиологической картины мира и собственной жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
40. Виды направленности содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию: теоретическая, инструкторско-методическая, практическая.
41. Телесно-ориентированные средства игротерапии, коррекционной ритмопластики и др.
42. Методы адаптивного физического воспитания, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов.
43. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивном физическом воспитании.
44. Методы обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании.
45. Дайте характеристику повторного метода развития физических способностей.
46. Методы развития физических качеств и способностей.
47. Обучение двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании.
48. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом.
49. Целевой объект обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании
50. Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры.
51. Понятия «ошибки» и «допустимых отклонений».
52. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.
53. Виды планирования в адаптивном физическом воспитании (перспективное, этапное, текущее).
54. Традиционная (трехэтапная) структура процесса обучения (этап начального, этап углубленного разучивания, этап результативной отработки действия).
55. Основная направленность обучения двигательным действиям в адаптивном физическом воспитании.
56. Формирование образа ориентированной основы действия (ООД) у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
57. Поэтапное освоение сенсорно-перцептивных составляющих двигательных действий в адаптивном физическом воспитании.
58. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения у инвалидов различных нозологических групп.

59. Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
60. Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
61. Педагогические принципы развития физических способностей и их особенности в работе с инвалидами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
62. Физическая нагрузка и отдых – как структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида.
63. Основные закономерности развития физических качеств и способностей
64. Методы развития физических способностей.
65. Развитие и совершенствование силовых способностей у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
66. Развитие и совершенствование скоростных способностей у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
67. Развитие и совершенствование скоростно-силовых способностей у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
68. Развитие и совершенствование координационных способностей у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
69. Развитие и совершенствование выносливости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
70. Развитие и совершенствование гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
71. Стандартно-нормативная методика развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
72. Индивидуально-нормативная методика развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
73. Типологически нормативная методика развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
74. Типоспецифическая методика развития физических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
75. Соблюдение принципа «навстречу собственной природе» в адаптивном физическом воспитании
76. Приоритетная роль игрового метода в коррекции двигательных нарушений.
77. Междисциплинарная команда специалистов для работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
78. Подбор специалистов в междисциплинарную команду в России и за рубежом.
79. Планирование и комплексный (медико-психолого-педагогический) контроль за состоянием занимающихся.
80. Особенности текущего, этапного и циклового планирования в адаптивном физическом воспитании взрослого населения.
81. Традиционная соревновательная деятельность по программам паралимпийского, сурдлимпийского движений и программам Международной спортивной организации INAS-FID (лица с поражением интеллекта).
82. Нетрадиционная соревновательная деятельность по программе Специальной олимпиады.
83. Международная федерация адаптивной физической активности (IFAPA).

84. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры.
85. Организация адаптивного физического воспитания в России.
86. Организация адаптивного физического воспитания в Ставропольском крае.
87. Адаптивное физическое воспитание людей с дефектами слуха и зрения.
88. Адаптивное физическое воспитание при умственной отсталости.
89. Адаптивное физическое воспитание людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
90. Материально-техническое обеспечение при занятиях адаптивным физическим воспитанием.

Обучающимся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ с нарушением опорно-двигательного аппарата создаются специализированные фонды оценочных средств, адаптированные для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, позволяющие оценить достижения запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций

Преподаватели, реализующие рабочую программу, ознакомлены с психолого-физическими особенностями обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов и владеют педагогическими технологиями инклюзивного обучения и методами их использования в работе с инклюзивными группами обучающихся.

Для реализации АОП ВО привлекаются:

- педагогические кадры, прошедшие повышение квалификации по вопросам обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- тьюторы, психологи, социальные педагоги, специалисты по специальным техническим и программным средствам обучения.

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится по окончании 5 семестра обучения и включает оценку практических навыков и собеседование.

Итоговое тестирование проводится с использованием компьютерных программ или письменно. Итоговое тестирование состоит не менее, чем из 50 тестовых заданий. Оценка за тестирование зависит от доли правильных ответов:

- менее 70 % - «не зачтено»;
- 71 и более % - «зачтено».

Итоговое тестирование и его пересдача проводятся по графику, утвержденному заведующим кафедрой.

Оценивание сформированности компетенций осуществляется на экзамене в ходе промежуточной аттестации. В экзаменационный билет включаются три теоретических вопроса и задание для проверки умения обучающимися применять теоретические знания для решения практических и профессионально ориентированных задач.

Каждый экзаменационный вопрос и задание оценивается по пятибалльной шкале. Экзаменационные билеты утверждаются на заседании кафедры.

Порядок выставления оценок за экзамен.

Оценка за экзамен (Э) определяется как среднеарифметическое суммы ответов на все вопросы и задания, указанные в экзаменационном билете, с помощью формулы:

$$\mathcal{E} = \frac{B1 + B2 + B3 + \text{Пр}}{4},$$

где B1, B2, B3 – оценка за 1, 2, 3 вопрос билета;
Пр – оценка за практическое задание.

Итоговая оценка по дисциплине (И) выставляется с учетом рейтингового балла, полученного при освоении дисциплины:

$$И = \frac{\mathcal{E} + P}{2},$$

Где P – рейтинговый балл по дисциплине;
Э – оценка за экзамен.

Итоговая оценка по дисциплине (И) определяется в соответствии с правилами математического округления, пересчет в оценку по 5-балльной шкале осуществляется в соответствии со шкалой пересчета баллов по дисциплине при промежуточной аттестации в форме экзамена.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

8.1 Основная литература

Печатные издания	Электронные издания
1. Евстигнеева М.И. Адаптивное физическое воспитание взрослого населения: учеб. пособие / Л.Д. Батищева, Л.Е. Деньгова – Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2018. – 124 с. (20 экз)	1. Адаптивное физическое воспитание в геронтологии : учебно-методическое пособие / составители И. Э. Юденко [и др.]. — Сургут : СурГУ, 2022 — Часть 1 — 2022. — 47 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/337895 2. Адаптивное физическое воспитание в геронтологии : учебно-методическое пособие / составители И. Э. Юденко, И. А. Юденко. — Сургут : СурГУ, 2024. — Часть 2 — 2024. — 26 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/494846 3. Варфоломеева, З.С. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] / З. С. Варфоломеева, 4-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2017. -131 с. — Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976515284.html Режим доступа: по подписке

8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
------------------	---------------------

1. Правила организации и проведения соревнований для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (учебное пособие) / Л.Д. Батищева, Л.Р. Макина, М.И. Евстигнеева, Л.Е. Деньгова, Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2018. – 182 с. (20 экз.)	1.Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник [Электронный ресурс]: учеб. /С. П. Евсеев. - М.: Спорт, 2016. – 616с. – Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839428.html Режим доступа: по подписке 2. Евсеева,О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. / авторы-составители О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева - М. : Спорт, 2016.- 384 с. — Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html Режим доступа: по подписке
--	--

9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. <http://www.biblioclub.ru> ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
2. www.e.lanbook.com ЭБС Издательства «ЛАНЬ»
3. <http://www.rosmedlib.ru> ЭБС «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека».
4. <http://lfksport.ru/> - Лечебная физкультура и спортивная медицина: научно-практический журнал;
5. <http://www.sportmedicine.ru/> - Спортивная медицина: информационный интернет-портал;
6. <http://www.bmsi.ru> - Библиотека международной спортивной информации БМСИ.
7. <http://teoriya.ru> - Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ".
8. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование».
9. <http://wholesport.ru> - электронная библиотека спорта.
10. <http://www.rezeptsport.ru> - Рецепт-спорт

10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Наименование	Договор
Сервис проверки уникальности текста	Контракт №170/ЭТ о 11.08.2025
1С: Университет Проф	Договор № 27 от 30.04.2014
kaspersky endpoint security	Контракт 189/ЭТ от 25.08.2025
Архиватор 7-zip	Бесплатный
Adobe Acrobat Reader DC	Бесплатный
Astra Linux Common Edition	Договор № 199/ЭТ от 12.09.2023

ИС: Электронное обучение. Корпоративный университет	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
ИС: Электронное обучение. Веб-кабинет преподавателя и студента	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
Консультант Плюс	Контракт 303/ЭТ от 16.12.2025

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

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

Адрес	Наименование аудитории, № аудитории	Перечень оборудования
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4	Игровой спортивный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Антенны волейбольные на сетку. Барьер легкоатлетический регулируемый. Воланы для бадминтона. Граната для метания тренировочная. Борцовские маты 2*1*0,1м. Коврик гимнастический. Колодка стартовая стальная тренировочная. Комплекс волейбольных антенн. Конус тренировочный. Конус тренировочный (фишки) Мат. 1х2 (синий/желтый) Медбол TORRES 3 кг. Мостик гимнастический подкидной усиленный. Мяч баскетбольный. Мяч баскетбольный звенящий. Мяч волейбольный. Мяч для метания Мяч минифутбол. Мяч настольного тенниса. Мяч набивной масса 2 кг. Мяч футбольный. Мяч футбольный звенящий. Мяч футзальный. Насос для мячей. Обруч гимнастический. Палочка эстафетная. Ракетка бадминтонная. Ракетка теннисная. Сетка баскетбольная. Сетка волейбольная. Скакалка резиновая. Стойка волейбольная. Стойка для прыжков в высоту. Стойки бадминтонные передвижные, пара ГЛАВСПОРТ. Ядро тренировочное. Бревно напольное. Кольцо амортизационное. Мяч для голбола звенящий. Перекладина для подтягивания высокая. Платформа для прыжков

		в длину. Поддерживающая конструкция для защитных щитов. Скамья для наклонов вперед. Щит заградительный. Стол для настольного тенниса. Дротики. Мишень для дартс.
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 5	Фитнес-зал спортивно-оздоровительного комплекса оснащенный: Тренажеры, оборудование, муляжи: Бодибар. Гантели. Гиря пластиковая. Коврик гимнастический. Министеппер с комп. FR543-8101V Мяч для атлетических упраж. 2 кг Мяч для атлетических упраж. 3 кг Палка гимнастическая деревянная. Резинка для фитнеса – комплект съемных эспандеров, с ручками S-605. Стойка для бодибара на 8 шт. Стойка для гантелей на 8 пар. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1 кг. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1.5 кг. Беговая дорожка электрическая. Larsen TM 8460C. Контактная платформа для сгибания рук в упоре. Перекладина для подтягивания низкая. Лабораторное оборудование: Ростомер РМ 1 Диакомс. Весы напольные электронные.
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4	Тренажерный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Гантели разборные Starfit. Гиря Титан вес 16кг. Гиря Титан вес 24кг. Гиря пластиковая. Гиря, масса 24кг, диаметр корпуса 210мм, высота 280мм, диаметр ручки 35мм. Гриф, 20 кг, диаметр 50мм. Гриф для штанги Премиум. Гриф для штанги Премиум ПРО+ на диам 50 мм. Гриф для штанги Хоум. Диск для силовых тренировок Iron-King Star (5 кг 50мл). Коврик гимнастический. Мяч набивной масса 1.5 кг. Пояс атлетический кожаный Starfit. Стойка с брусьями «Классик». Эспандер кистевой. Тренажер «Классик». Тренажер «Римский стул». Эллиптический тренажер HB-8189 ELL. Велотренажер. Велоэллипсоид Larsen .Мультистанция двухсторонняя 518 CF. Велотренажер Магнит. Скамья для пресса DFC. Nomegum D6610. Станина для горизонтального жима лежа с набором атлетических дисков. Стойка брусья и пресс. Скамейка наклонная универсальная. Тренажер универсальный верхняя и нижняя тяга. Тренажер для сгибания и разгибания ног. Тренажер для жима ногами. Тренажер для жима от груди. Тренажер для

		сведения и разведения груди. Скамья горизонтальная. Стойка для приседания. Скамья с регулируемой спинкой и сиденьем.
ул. Тухачевского, 2	Уличная спортивная площадка кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры	Огороженная спортивная площадка 1000м2 с резиновым рулонным покрытием оснащенная: футбольными воротами с сеткой
ул. Тухачевского, 2	Уличная спортивная площадка кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры	Открытая спортивная площадка 450м2 оснащенная: Стойки для волейбола. Баскетбольные стойки. Амортизационные баскетбольные кольца.

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочее место для инвалидов, передвигающихся на креслах-колясках, с учетом выполняемой трудовой функции предусматривает:

- оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим возможность подъезда к рабочему месту и разворота кресла-коляски. Пространство под элементами оборудования должно создавать условия подъезда и работы на кресле-коляске;
- для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение (оборудование) специального рабочего места мебелью, пространство под элементами которой должно создавать условия подъезда и работы на кресле-коляске.

Рабочая программа дисциплины «Адаптивное физическое воспитание взрослого населения»:

Разработана и обсуждена
на заседании кафедры «Физического воспитания и
адаптивной физической культуры», зав. кафедрой

Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) 2026 года набора очной формы обучения 27.05.2026 г.

Руководитель ОПОП ВО

Тарасова О.Ю.

Декан факультета гуманитарного
и медико-биологического
образования

Герасименко И.Н.