

Государственное образовательное учреждение высшего образования
«Приднестровский Государственный Университет имени Т.Г. Шевченко»

Факультет «Физическая культура и спорт»
Кафедра «Физическая реабилитация и оздоровительные технологии»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета ФКиС
« 11 » _____ 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2019-2020 учебный год
набор 2016

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:
«Адаптивная двигательная рекреация»

Направление подготовки:
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки:
Физическая реабилитация

Квалификация выпускника:
Бакалавр

Форма обучения:
очная
заочная

Тирасполь 2019г.

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная двигательная рекреация» /составитель И.Б. Чебан/
- Тирасполь ГОУ ВО «НГУ им. Т.Г. Шевченко», 2019г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРЕДНАЗНАЧЕНА ДЛЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ СТУДЕНТАМ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 49.03.02 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)», ПРОФИЛЬ ПОДГОТОВКИ «ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ».

Рабочая программа составлена с учетом Федерального Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 49.03.02 «Адаптивная физическая культура», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.03.2015 г. № 203

Составитель И.Б. Чебан /Чебан И.Б., ст. преподаватель/

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель - освоение студентами основ теории и практики адаптивной двигательной реакции и спорта среди инвалидов и практическая подготовка их к работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

«Адаптивная двигательная рекреация» относится **Б1.В.ДВ.10.2** к базовой части основной образовательной программы подготовки бакалавров по профилю «Физическая реабилитация» направления 49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (адаптивная физическая культура).

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ООП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

Код компетенции	Формулировка компетенции (согласно ФГОС-3)
ПК-11	знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
ПК-12	умением работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
ПК-16	способностью обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- медико-физиологические и психологические характеристики нозологических групп;
- основы организации двигательной рекреации с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;

Уметь:

- подбирать адекватные средства, формы, методы организации адаптивной двигательной рекреации с разными нозологическими группами;

Владеть:

- знаниями и умениями организации адаптивной двигательной рекреации с разными нозологическими группами;

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Распределение трудоемкости в з.е./часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам. Подготовка бакалавров по

курсу «Адаптивная двигательная рекреация» рассчитана на 23.е. (72ч.), из них 16 – лекционных, 18 – практических и 38 – самостоятельных.

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемк ость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. работы	
		Всего	Лекций	Лаб. раб.	Практич. зан		
7	2/72	72	16	-	18	38	Зачет
Итого:	2/72	72	16	-	18	38	Зачет

Заочное отделение

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемк ость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. работы	
		Всего	Лекций	Лаб. раб.	Практич. зан		
7	2/72	72	4	-	4	60	Зачет
Итого:	2/72	72	4	-	4	60	Зачет (4)

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Аудиторная Работа Д/О		Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	
1	Введение в дисциплину. Адаптивная двигательная рекреация.		4	4	14
2	Формирование доступной для инвалидов среды жизнедеятельности.		12	14	24
<i>Итого:</i>		72	16	18	38

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности:

Лекционные занятия

№ темы	Наименование темы и вопросы к ней.	Объем часов д/о-з/о
I	Адаптивная двигательная рекреация, как основной метод организации досуга инвалидов. Вопросы к теме: 1. Основные понятия: физическая рекреация, средства и методы адаптивной физической культуры. 2. Краткая история развития спорта инвалидов.	2/2
II	Спорт как активный компонент адаптивной	4

III IV	двигательной рекреации. Вопросы к теме: 1. Основные направления адаптивного спорта: параолимпийское специальное олимпийское, спортивное движение глухих . 2. Спорт и система тренировки. 3. Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов. Коррекционное значение средств адаптивной двигательной рекреации в восстановление функций организма у инвалидов. Вопросы к теме: 1. Восстановление бытовых навыков и нормализация двигательных функций у инвалидов. 2. Коррекционно-развивающие упражнения для умственно отсталых детей. 3. Развитие творчества лиц с ограниченными возможностями, как средства их реабилитации и социальной адаптации инвалидов. Спорт высших достижений среди инвалидов. Вопросы к теме: 1. Паралимпийские игры. 2. Программа «Специальной Олимпиады».	6 4/2 ИТОГО 16ч.
----------------------	--	--

Практические занятия.

№ темы	Наименование темы и вопросы к ней.	Объем часов д/о- з/о
I	Адаптивная двигательная рекреация, как основной метод организации досуга инвалидов. Вопросы к теме: 1. Основные понятия: физическая рекреация, средства и методы адаптивной физической культуры. 2. Краткая история развития спорта инвалидов.	2/2
II	Спорт как активный компонент адаптивной двигательной рекреации. Вопросы к теме: 1. Основные направления адаптивного спорта: параолимпийское специальное олимпийское, спортивное движение глухих . 2. Спорт и система тренировки. 3. Особенности средств, методов, организационных форм	6

III	спортивно-адаптивной тренировки инвалидов. Коррекционное значение средств адаптивной двигательной рекреации в восстановление функций организма у инвалидов. Вопросы к теме: 1. Восстановление бытовых навыков и нормализация двигательных функций у инвалидов. 2. Коррекционно-развивающие упражнения для умственно отсталых детей. 3. Развитие творчества лиц с ограниченными возможностями, как средства их реабилитации и социальной адаптации инвалидов.	6
IV	Спорт высших достижений среди инвалидов. Вопросы к теме: 1. Паралимпийские игры. 2. Программа «Специальной Олимпиады».	4/2
ИТОГО		18ч.

Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Наименование темы	Трудо- емкость (в часах)	Трудо- емкость (в часах) з/о
1	Организация и проведение активного отдыха, досуга инвалидов в реабилитационных центрах, санаториях, домах отдыха и т.п.	6	10
2	Отдел культурно- досуговой деятельности инвалидов.	4	10
3	Образовательные учреждения дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности для инвалидов.	6	5
4	Спортивная классификация, календарь соревнований.	6	10
5	Организация соревнований и спортивных праздников.	4	5
6	Содержание образования и физического воспитания умственно отсталых в гос. учреждениях..	4	5
7	Методика проведения физических занятий с умственно отсталыми в специальных и профессиональных образовательных учреждениях.	8	10

ИТОГ		38ч.	60
------	--	------	----

5. Примерная тематика курсовых проектов не предусмотрена

6. Образовательные технологии

В ходе учебного процесса предусмотрены лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов, реферативные письменные и устные сообщения. В лекционном курсе рассматриваются вопросы, отражающие о современных понятиях, направления и этапы развития адаптивной двигательной рекреации, организационно-правовые аспекты, модели соревновательной деятельности, спортивно-медицинская классификация и материально-техническое обеспечение адаптивной двигательной рекреации, организация и планирование спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями, Паралимпийское движение.

На практических занятиях проводятся мероприятия по закреплению теоретических знаний у студентов, опрос и разбор ситуационных задач по выбранному виду спорта. Уровень усвоения теоретических знаний оценивается в форме устного опроса, тестирования, реферативных письменных или устных докладов. Изучение дисциплины завершается зачетом. С целью формирования и развития профессиональных навыков, в учебном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой.

Семестр	Вид занятий	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов 30
7	Л	Лекции -пресс конференции; лекция-дискуссия; лекция с опорным конспектированием.	1
	ПР	беседа, разбор конкретных ситуаций, связанных с различными заболеваниями и травмами. Практическое использование видов массажа, их приемов и комплексов ЛФК, активизация внимания и деятельности студентов.	1
Итого:			2

7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточные аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

7.1. Контрольная работа № 1:

1. Основные понятия: физическая рекреация, средства и методы адаптивной физической культуры.
2. Основные направления адаптивного спорта: параолимпийское специальное олимпийское, спортивное движение глухих.
3. Спорт и система тренировки.

4. Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов.
5. Развитие творчества лиц с ограниченными возможностями, как средства их реабилитации и социальной адаптации инвалидов.
6. Восстановление бытовых навыков и нормализация двигательных функций у инвалидов.
7. Коррекционно-развивающие упражнения для умственно отсталых детей.
8. Паралимпийские игры (летние)
9. Паралимпийские игры (зимние)
10. Программа «Специальной Олимпиады».

7.2. Примерная тематика рефератов:

1. Опишите методику медико-социальной экспертизы.
2. Органы государственного управления социальной защиты инвалидов. Их структура и функции.
3. Правовое положение негосударственных организаций в сфере социальной защиты инвалидов.
4. Трудовое устройство инвалидов; значение трудовой деятельности в реабилитации: формы организации труда инвалидов.
5. Система социального обслуживания: формы социального обслуживания, учреждения, организация их работы.
6. Технические средства реабилитации и средства передвижения инвалидов: понятие, порядок обеспечения.
7. Основные задачи и содержание социальной защиты инвалидов.
8. Основные формы социальной защиты инвалидов, их характеристика.
9. Социальная защита инвалидов, спортсменов-инвалидов в сфере адаптивной физической культуры и спорта.
10. Роль адаптивной физической культуры в социальной адаптации и интеграции инвалидов.
11. Роль адаптивной физической культуры в медицинской реабилитации инвалидов.
12. Формирование жизнедеятельности инвалидов: создание условий доступности образования, занятия физкультурой и спортом, трудоустройство инвалидов, разработка критериев и параметров доступности зданий и спортивных сооружений и пр.
13. Проведение исследований по вопросам формирования среды жизнедеятельности для инвалидов на основе зарубежного и отечественного опыта.
14. Разработка новых проектов и реконструкция существующих спортивных сооружений, спортивного инвентаря с учетом обеспечения их доступности для инвалидов.
15. Воспитание и обучение детей-инвалидов, детей-сирот, “социальных сирот” в образовательных учреждениях, в том числе и в высших учебных заведениях.
16. Технические средства реабилитации и средства передвижения инвалидов: понятие, порядок обеспечения.
17. Система профессиональной подготовки и переподготовки инвалидов: основные формы и уровни, учреждения.

18. Характеристика основных видов, средств и методов социальной реабилитации инвалидов.

Критерии и шкала оценивания рефератов:

Информация в докладе должна быть подобрана и изложена таким образом, чтобы студент мог продемонстрировать (а преподаватель оценить), умение работать с дополнительной литературой, в том числе интернет-источниками, интегрировать в своем сообщении знания, полученные при изучении дисциплины и дополнительную информацию, грамотно использовать специальную терминологию и объяснить основы предмета.

Оценка за доклад складывается из оценки преподавателя и оценки аудитории (групповой оценки). На первом занятии студенты формируют критерии оценки докладов. После каждого выступления несколько человек на основании этих критериев делают качественную оценку доклада. Далее преподаватель, исходя из собственной оценки и оценки слушателей, ставит итоговую отметку.

Примерные критерии оценивания:

- содержание (степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников и т.д.);
- качество изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т.д.);
- наглядность (использование технических средств, материалов сети Интернет)

Выполнение доклада оценивается по системе «зачтено/не зачтено».

Отметка «не зачтено» ставится если:

- избранная тема раскрыта полностью, большая часть предлагаемых элементов плана доклада отсутствует;
- качество изложения низкое;
- наглядные материалы отсутствуют.

7.3. Формы итогового контроля – зачет.

Вопросы к зачету по всему курсу:

1. Основные понятия: физическая рекреация, средства и методы адаптивной физической культуры.
2. Краткая история развития спорта инвалидов.
3. Организация и проведение активного отдыха. досуга инвалидов в реабилитационных центрах, санаториях, домах отдыха и т.п.
4. Отдел культурно- досуговой деятельности инвалидов.
5. Восстановление бытовых навыков и нормализация двигательных функций у инвалидов.
6. Основные направления адаптивного спорта: параолимпийское, специальное олимпийское, спортивное движение глухих.
7. Спорт и система тренировки.
8. Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов.
9. Образовательные учреждения дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности для инвалидов.
10. Спортивная классификация, календарь соревнований.
11. Организация соревнований и спортивных праздников.

12. Организационно-правовые аспекты адаптивного спорта.
13. Модели соревновательной деятельности адаптивного спорта.
14. Спортивно-медицинская классификация и материально-техническое обеспечение адаптивного спорта.
16. Организация и планирование спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями.
17. Паралимпийские игры (зимние).
18. Программа «Специальной Олимпиады».
19. Физическая культура и спорт в системе реабилитации и социальной интеграции.
20. Классификация игровых видов адаптивного спорта.
21. Паралимпийские игры (летние).
22. Отдел культурно- досуговой деятельности инвалидов.
23. Спортивная классификация, календарь соревнований.
24. Организация соревнований и спортивных праздников.
25. Образовательные учреждения дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности для инвалидов.
26. Классификация водных видов адаптивного спорта.
27. Адаптивный туризм: оздоровительное и психологическое влияние, формы организации туристических мероприятий.
28. Игра как средство рекреации: понятие, виды, классификация по нозологическому принципу, требования к организации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплине

8.1.Рекомендуемая литература (основная):

1. Программа развития параолимпийского спорта в Российской Федерации на 2006-2010.
2. Журнал «Теория и практика Ф.К.» №5, 1998.
3. Журнал «Теория и практика Ф.К.» №5, 1996.
4. Антипьева Н.В. Социальная защита инвалидов в Российской Федерации. Правовое регулирование: Учебное пособие для студентов высших учеб. заведений, - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
5. Организация и методика разработки индивидуальной программы реабилитации: Учебно-методическое пособие С-Пб.: СПб.ИУ ВЭК, 1999.

8.2. Дополнительная литература:

1. Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан. № 5487-1 от 22.07.1993.
2. Гусева Н.К. Основы социальной защиты больных и инвалидов в РФ: Руководство для профессионального образования. - Нижний Новгород, 1999.
3. Хартия третьего тысячелетия (принята Ассамблеей международной реабилитации). - Лондон, 9 сентября 1999 г., - 5 с.
4. Федеральный закон «О занятости населения в РФ» в редакции, введенной в действие с 6 мая 1996 года Федеральным законом от 20 апреля 1996 года N 36-ФЗ с изменениями на 7 августа 2000 г.).

8.4. Методические указания и материалы по видам занятий:

Студенты в процессе изучения дисциплины «Адаптивная двигательная рекреация» должны усвоить основное содержание лекционного материала:

термины и понятия, основные положения; современные представления теоретического и практического характера. Адаптивная двигательная рекреация, его современные понятия, направления и этапы развития адаптивного спорта, организационно-правовые аспекты, модели соревновательной деятельности, спортивно-медицинская классификация и материально-техническое обеспечение адаптивно спорта, организация и планирование спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями, Паралимпийское движение.

При изучении дисциплины «Адаптивная двигательная рекреация» студент должен знать истории развития, современных понятий и направлений адаптивного спорта в мире и в России, в ПМР; сущности и содержания соревновательной деятельности в адаптивном спорте; технологий реабилитации лиц с ограниченными возможностями средствами спорта.

Изучение дисциплины проходит в форме лекций, практических занятий и самостоятельной работы студентов, в ходе которой они прорабатывают лекционный материал и учебную литературу.

Во время *лекций* рекомендуется не только слушать и конспектировать теоретический материал, но и обращать серьезное внимание на визуальную информацию: рассматривать схемы, рисунки, фотографии, демонстрируемые преподавателем.

При подготовке к *практическим занятиям* рекомендуется следующая последовательность действий: 1) прочесть конспект лекции; 2) изучить соответствующие разделы в рекомендованной литературе; 3) ознакомиться с содержанием практических занятий и подготовить ответы на теоретические вопросы; 4) продумать вопросы, которые необходимо задать преподавателю на практическом занятии. Во время работы на занятиях следует внимательно слушать ответы товарищей и, что особенно очень важно, следить за демонстрацией материала с помощью таблиц, препаратов и муляжей. В том случае, если занятие пропущено, или студент по каким-либо причинам не подготовился к нему, то ему тому необходимо изучить и обсудить с преподавателем в самое ближайшее время. При подготовке к контрольным тестам и зачету вспоминать изученный материал следует начиная с первой темы, используя учебно-методические материалы.

Изучение дисциплины «Адаптивный спорт» требует от студента серьезной и систематической *самостоятельной работы*, в процессе которой прорабатывается лекционный материал, изучается учебная литература, осуществляется самоконтроль усвоения знаний, подготавливаются доклады. В ходе самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям используйте перечень вопросов согласно планам практических занятий. При подготовке *доклада* постарайтесь сделать его максимально информативным, структурным и интересным для ваших товарищей. Помните, что во время доклада вы выполняете функцию преподавателя. Желательно сопровождать ваше сообщение визуальной информацией. Будьте готовы ответить на вопросы по теме вашего выступления.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В процессе освоения дисциплины используются нормативные документы, таблицы, мультимедийное оборудование 308 ауд. корпуса «1» ШУ им. Т.Г. Шевченко, оснащенный компьютерами, экраном и проектором.

10. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Рабочая программа по дисциплине «Адаптивная двигательная рекреация» составлены в соответствии с требованиями Федерального Государственного Образовательного стандарта ВО по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и учебного плана по профилю «Физическая реабилитация».

11. Технологическая карта дисциплины

Курс 4 группа 404 семестр 7

Преподаватель-лектор ст.преподаватель Чебан И.Б.

Преподаватель, ведущий практические занятия ст.преподаватель Чебан И.Б.

Кафедра «ФРиОТ»

По данной дисциплине введена балльно-рейтинговая система, которая предусматривает текущий, промежуточный и рубежный контроль. Текущий контроль представляет собой проверку и усвоение учебного материала, регулярно осуществляемый на протяжении обучения на каждом практическом занятии.

Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса и позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и коммуникативные навыки. При устном опросе преподаватель задает студентам вопросы по содержанию практических занятий.

Промежуточный контроль осуществляется на основе использования контрольных работ, докладов и тестов.

Рубежный контроль осуществляется на основе использования устного или письменного зачета.

Результаты рубежного контроля фиксируются в ведомости балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов и по этим результатам студентам начисляются баллы балльно-рейтинговой системы.

Зачет считается принятым при наличии свыше 50 баллов. Меньше 50 баллов зачет считается не принятым и студентам предоставляется возможность переекспертации.

Составитель И.Б. Чебан - Чебан И.Б. ст. преподаватель

и.о. зав. кафедрой «ФРиОТ» А.Г. Михнева Михнева А.Г. ст. преподаватель

Согласовано:

1. и.о.зав. выпускающей кафедрой «ФРиОТ» А.Г. Михнева Михнева А.Г. ст. преподав.

2. Декан факультета ФКиС В.Ф. Гуцу Гуцу В.Ф. профессор

