

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ребковец Ольга Александровна
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 26.05.2024 12:38:42
Уникальный программный ключ:
e789ec8739030382afc5ebff70f282df1aff5f

ОПОП

СМК-В1.П2-2023

Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры
педагогики
«20» апреля 2023 г., протокол № 9
зав. кафедрой педагогики
И.И. Прошина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.01.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки: **44.03.01 «Педагогическое образование»**

Профиль подготовки: **«Физика»**

Квалификация выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: **очная**

Курс **1-4** Семестр **1-8**

Зачет: **2,4,6,8 семестр**

Год набора: **2023**

Петропавловск-Камчатский, 2023 г.

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

Рабочая программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121 .

Разработчик:

доцент кафедры физического воспитания Л.А. Баранова

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине	4
4. Содержание дисциплины	5
5. Тематическое планирование	9
6. Самостоятельная работа	10
7. Тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии)	12
8. Перечень вопросов на зачет (дифференцированный зачет, экзамен)	12
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение	15
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента	16
11. Материально-техническая база	17

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины: является формирование способности использовать методы и средства адаптивной физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины:

- формирование понимания социальной роли адаптивной физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к адаптивной физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки.

Программа курса построена по модульному принципу.

Выделено 5 модулей

МОДУЛЬ 1. Гимнастика для лиц с ОВЗ	МОДУЛЬ 2. Легкая атлетика для лиц с ОВЗ.	МОДУЛЬ 3. Баскетбол для лиц с ОВЗ.	МОДУЛЬ 4. Волейбол для лиц с ОВЗ.	МОДУЛЬ 5. Лыжный спорт для лиц с ОВЗ ¹
----------------------------------------------	----------------------------------------------------	----------------------------------------------	---------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

2. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Блок 1. Дисциплины (модули). Часть, формируемая участниками образовательных отношений (дисциплины по выбору). Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами в результате изучения таких курсов, как «Безопасность жизнедеятельности», «Анатомия», «Физиология», «Основы методики спортивных игр», «Гимнастика», «Теория физической культуры и спорта».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки: УК-7; ПК-1; ПК-4.

Код компетенции	Компетенция	Универсальные дескрипторы сформированности компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК 7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
		УК 7.2. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
		УК 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
ПК-1	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предмета; научно-теоретические основы предметной области; основные технологии предметной области.
		ПК-1.2 Формулирует цели и задачи преподавания по предмету в соответствии с требованиями ФГОС и учётом особенностей

¹ *Занятия лыжной подготовкой предусмотрены вне сетки часов как дополнительные. *Примечание:* Занятия лыжной подготовкой вводятся в практический раздел курса и включаются в сетку часов по решению кафедры физического воспитания при наличии необходимой материально-технической базы.

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

	умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач.	обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; подбирает и применяет адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы и формы обучения, технологии воспитания обучения; организует и осуществляет контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения предметной области.
		ПК-1.3 Владеет навыками отбора учебного содержания занятий по предмету для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС; навыками организации и проведения занятий по предмету, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; навыками использования профессиональной терминологии, речи и жестикуляции в процессе занятий.
ПК-4	Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья	ПК-4.1 Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий с учетом различного контингента обучающихся.
		ПК-4.2 Умеет планировать и корректировать образовательные задачи (совместно с психологом и другими специалистами) по результатам мониторинга, с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка.
		ПК-4.3Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания.
		ПК-4.4Формирует систему регуляции поведения и деятельности обучающихся ограниченными возможностями здоровья.

4. Содержание дисциплины

МОДУЛЬ 1. ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Тема 1. Гимнастика. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Комплексы общеразвивающих упражнений, элементы специальной физической подготовки, комплексы упражнений для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений, и навыков. Основы гимнастики. Составление комплексов упражнений (различных видов и направленности воздействия).

МОДУЛЬ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Тема 1. Легкая атлетика. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.

МОДУЛЬ 3. БАСКЕТБОЛ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

Тема 1. Баскетбол. Основы техники безопасности на занятиях баскетбола. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка. Освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Обманные движения; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

МОДУЛЬ 4. ВОЛЕЙБОЛ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Тема 1. Волейбол. Основы техники безопасности на занятиях волейболом. Изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Обучение правилам игры в волейбол. Обучение верхней передаче мяча двумя руками. Обучение нижней передаче мяча двумя руками. Обучение перемещению на площадке в стойках. Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней. Обучение приему мяча с подачи. Обучение прямому нападающему удару. Обучение технике блокирования. Обучение технике нападающего удара и блокирования. Обучение передаче мяча через сетку с перемещением. Сочетание перемещений и приемов. Обучение технике и тактике игры в волейбол. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

МОДУЛЬ 5. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

Тема 1. Лыжный спор. Основы техники безопасности на занятиях по лыжному спорту. Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

5. Тематическое планирование 1 курс, 1 семестр

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Гимнастика для лиц с ОВЗ	0	26	20	46
	Всего	0	26	20	46

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Практические занятия (семинары)		
1	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Комплексы общеразвивающих упражнений	6	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Элементы специальной физической подготовки	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Комплексы упражнений для развития силы	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Комплексы упражнений для развития быстроты	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

6	Комплексы упражнений для развития общей и силовой выносливости	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
	Самостоятельная работа		
1	Комплексы упражнений для развития гибкости, ловкости	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Комплексы упражнений для развития координационных способностей	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Комплексы упражнений для развития двигательных умений и навыков	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Основы гимнастики	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Составление комплексов упражнений (различных видов и направленности воздействия)	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

1 курс, 2 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Гимнастика для лиц с ОВЗ	0	26	20	46
	Всего	0	26	20	46

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Практические занятия (семинары)		
1	Адаптивная гимнастика	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Совершенствование разученных комплексов атлетической гимнастики и обучение навыкам самостоятельных занятий с использованием тренажеров и средств отягощения	6	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики с отягощением	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Комплекс упражнений с резиновой лентой, жгутом, эспандером	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Сдача контрольных нормативов (тестов) по гимнастике	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
	Самостоятельная работа		
1	Адаптивная гимнастика	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

2	Совершенствование разученных комплексов атлетической гимнастики и обучение навыкам самостоятельных занятий с использованием тренажеров и средств отягощения	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики с отягощением	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Комплекс упражнений с резиновой лентой, жгутом, эспандером	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

2 курс, 3 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
2	Легкая атлетика для лиц с ОВЗ	0	20	20	40
	Всего	0	20	20	40

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Техника выполнения легкоатлетических упражнений.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
Самостоятельная работа			
1	Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Особенности организации и планирования занятий по лёгкой атлетике в связи с выбранной профессией.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Техника выполнения легкоатлетических упражнений.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

2 курс, 4 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
2	Легкая атлетика для лиц с ОВЗ	0	20	20	40
	Всего	0	20	20	40

Тематический план

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Совершенствование техники стартового разбега и перехода от стартового разбега к бегу на дистанции.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Дальнейшее обучение технике бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Совершенствование техники низкого старта и техники финиширования.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Совершенствование техники бега высокого старта и стартового ускорения.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
Самостоятельная работа			
1	Совершенствование техники эстафетного бега.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Сдача контрольных нормативов(тестов) по легкой атлетике	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Совершенствование техники стартового разбега и перехода от стартового разбега к бегу на дистанции.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Дальнейшее обучение технике бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

3 курс, 5 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
3	Баскетбол	0	20	20	40
	Всего	0	20	20	40

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции и по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Основы техники безопасности на занятиях баскетбола.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
------	----------------

Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»

4	Освоение техники передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Освоение техники ловли мяча одной и двумя руками	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Правила игры и основы судейства.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
Самостоятельная работа			
1	Освоение техники ведения мяча, обводка противника	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
	Освоение техники бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Обманные движения; техника защиты; техника перемещений	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Овладение мячом, отскочившим от щита	2	УК-7, ПК-1, ПК-4

**3 курс, 6 семестр
Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
3	Баскетбол	0	20	20	40
	Всего	0	20	20	40

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Повторение правил игры в баскетбол. Совершенствование передачи мяча.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Совершенствование бросков в движении, ведения и передач правой и левой рукой.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Совершенствование бросков двумя руками сверху, от груди, снизу.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита и без отскока от щита.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Броски в корзину двумя руками дальние, средние, ближние.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

6	Броски в корзину одной рукой сверху, снизу, от плеча, сверху вниз.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
Самостоятельная работа			
1	Совершенствование техники перехвата и овладения мячом. Совершенствование техники игры и бросков по кольцу.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Совершенствование быстрого прорыва, эшелонного прорыва.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Совершенствование защитных действий игрока, накрывание мяча.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Совершенствование защитных действий игрока, накрывание мяча.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Совершенствование в вырывании и выбивании мяча.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Совершенствование зонной защиты, личной зонной и смешанной защиты.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
7	Сдача контрольных нормативов (тестовых заданий) по баскетболу	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

4 курс, 7 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
4	Волейбол	0	20	20	40
	Всего	0	20	20	40

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Совершенствование техники нижней передачи мяча двумя руками.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Совершенствование техники приема мяча с подачи.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Дальнейшее совершенствование прямого нападающего удара.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Дальнейшее совершенствование техники блокирования.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Совершенствование техники нападающего удара и блокирования.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
Самостоятельная работа			

1	Подвижные игры.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Двухсторонняя учебная игра.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Техника и тактика игры	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Учебная игра.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Правила соревнований, основы судейства.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

4 курс, 8 семестр
Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
4	Волейбол	0	20	16	36
	Всего	0	20	16	36

Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Практические занятия (семинары)		
1	Основы техники безопасности на занятиях волейболом.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Изучение, овладение основными приёмами техники волейбола	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста.	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Обучение правилам игры в волейбол	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Обучение верхней и нижней передаче мяча двумя руками	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Обучение перемещению на площадке в стойках	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
7	Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
8	Обучение приему мяча с подачи	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
9	Обучение прямому нападающему удару	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
10	Обучение техники блокирования	2	УК-7, ПК-1, ПК-4

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

Самостоятельная работа			
1	Обучение технике нападающего удара и блокирования	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
2	Обучение передаче мяча через сетку с перемещением	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
3	Сочетание перемещений и приемов	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
4	Обучение технике и тактике игры в волейбол	2	УК-7, ПК-1, ПК-4
5	Двухсторонняя учебная игра.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4
6	Сдача контрольных нормативов (тестовых заданий) по волейболу.	4	УК-7, ПК-1, ПК-4

6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- решение задач;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

6.1. Планы семинарских (практических, лабораторных) занятий

1 курс, 1 семестр

МОДЕЛЬ 1. ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

- 1 Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой.
- 2 Комплексы общеразвивающих упражнений
- 3 Элементы специальной физической подготовки.
- 4 Комплексы упражнений для развития силы
- 5 Комплексы упражнений для развития быстроты,
- 6 Комплексы упражнений для развития общей и силовой выносливости,
- 7 Комплексы упражнений для развития гибкости, ловкости,
- 8 Комплексы упражнений для развития координационных способностей,
- 9 Комплексы упражнений для развития двигательных умений и навыков.
- 10 Основы гимнастики
- 11 Составление комплексов упражнений (различных видов и направленности воздействия).

1 курс, 2 семестр

МОДЕЛЬ 1. ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ

- 1 Адаптивная гимнастика.

- 2 Совершенствование разученных комплексов атлетической гимнастики и обучение навыкам самостоятельных занятий с использованием тренажеров и средств отягощения.
- 3 Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики с отягощением.
- 4 Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики.
- 5 Комплекс упражнений с резиновой лентой, жгутом, эспандером.

2 курс, 3 семестр**МОДЕЛЬ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

- 1 Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.
- 2 Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики.
- 3 Техника выполнения легкоатлетических упражнений.
- 4 Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики.
- 5 Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики.
- 6 Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой.
- 7 Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.

2 курс, 4 семестр**МОДЕЛЬ 2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

- 1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта.
- 2 Совершенствование техники стартового разбега и перехода от стартового разбега к бегу на дистанции.
- 3 Дальнейшее обучение технике бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.
- 4 Совершенствование техники низкого старта и техники финиширования.
- 5 Совершенствование техники бега высокого старта и стартового ускорения.
- 6 Эстафеты.

3 курс, 5 семестр**МОДЕЛЬ 3. БАСКЕТБОЛ**

- 1 Основы техники безопасности на занятиях баскетбола.
- 2 Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.
- 3 Освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом
- 4 Освоение техники передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении
- 5 Освоение техники ловли мяча одной и двумя руками
- 6 Освоение техники ведения мяча, обводка противника
- 7 Освоение техники бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками
- 8 Обманные движения; техника защиты; техника перемещений
- 9 Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват
- 10 Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину
- 11 Овладение мячом, отскочившим от щита
- 12 Правила игры и основы судейства.

3 курс, 6 семестр**МОДЕЛЬ 3. БАСКЕТБОЛ**

- 1 Повторение правил игры в баскетбол. Совершенствование передачи мяча.
- 2 Совершенствование бросков в движении, ведения и передач правой и левой рукой.
- 3 Совершенствование бросков двумя руками сверху, от груди, снизу.
- 4 Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита и без отскока от щита.
- 5 Броски в корзину двумя руками дальние, средние, ближние.

- 6 Броски в корзину одной рукой сверху, снизу, от плеча, сверху вниз.
- 7 Совершенствование техники перехвата и овладения мячом. Совершенствование техники игры и бросков по кольцу.
- 8 Совершенствование быстрого прорыва, эшелонного прорыва.
- 9 Совершенствование защитных действий игрока, накрывание мяча.
- 10 Совершенствование защитных действий игрока, накрывание мяча.
- 11 Совершенствование в вырывании и выбивании мяча.
- 12 Совершенствование зонной защиты, личной зонной и смешанной защиты.
- 13 Совершенствование обманных действий. Штрафные броски.
- 14 Учебная игра в численном большинстве.
- 15 Двухсторонняя учебная игра.

4 курс, 7 семестр**МОДУЛЬ 4. Волейбол**

- 1 Совершенствование техники нижней передачи мяча двумя руками.
- 2 Совершенствование техники приема мяча с подачи.
- 3 Дальнейшее совершенствование прямого нападающего удара.
- 4 Дальнейшее совершенствование техники блокирования.
- 5 Совершенствование техники нападающего удара и блокирования.
- 6 Подвижные игры.
- 7 Двухсторонняя учебная игра.
- 8 Техника и тактика игры
- 9 Учебная игра.
- 10 Правила соревнований, основы судейства.

4 курс, 8 семестр**МОДУЛЬ 4. Волейбол**

- 1 Основы техники безопасности на занятиях волейболом.
- 2 Изучение, овладение основными приёмами техники волейбола
- 3 Навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста.
- 4 Обучение правилам игры в волейбол
- 5 Обучение верхней и нижней передаче мяча двумя руками
- 6 Обучение перемещению на площадке в стойках
- 7 Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней
- 8 Обучение приему мяча с подачи
- 9 Обучение прямому нападающему удару
- 10 Обучение технике блокирования
- 11 Обучение технике нападающего удара и блокирования
- 12 Обучение передаче мяча через сетку с перемещением
- 13 Сочетание перемещений и приемов
- 14 Обучение технике и тактике игры в волейбол
- 15 Двухсторонняя учебная игра
- 16 Правила соревнований, основы судейства

7. Тематика контрольных работ, курсовых работ - не предусмотрено**8. Перечень вопросов на зачет****Теоретическая часть:**

1. Броски баскетбольного мяча в корзину
2. Ведение баскетбольного мяча
3. Стойки и перемещения игроков в волейболе
4. Поддачи мяча нижней прямой и боковой подач в волейболе
5. Передачи мяча снизу двумя руками в волейболе

6. Передачи мяча двумя руками сверху в волейболе
7. Верхняя прямая подача в волейболе
8. Строевые упражнения (СУ). Построения и перестроения
9. Обучение прыжкам в длину с разбега
10. Обучение прыжкам в длину с места
11. Комплекс обще развивающих упражнений (ОРУ), методика проведения
12. Строевые упражнения (СУ).
13. Повороты на месте налево, направо, кругом. Команды и методика обучения
14. Эстафета и особенности ее проведения
15. Бег на короткие дистанции
16. Бег на длинные дистанции
17. Челночный бег, методика обучения
18. Броски мяча на дальность двумя руками из-за головы

Практическая часть: сдача контрольных нормативов по модулю.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение

9.1. Основная литература

1. *Никитушкин, В. Г.* Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492453>
2. *Бегидова, Т. П.* Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2.
3. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494144>

9.2. Дополнительная учебная литература

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2023. — 401 с. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/adaptivnaya-i-lechebnaya-fizicheskaya-kultura-plavanie-442094.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/dvigatelnye-sposobnosti-i-fizicheskie-kachestva-razdely-teorii-fizicheskoy-kultury-438651
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55593.html> (дата обращения: 11.03.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/vrachebno-pedagogicheskiy-kontrol-pri-zanyatiyah-fizicheskoy-kulturoy-452538
5. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-438915

9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

ОПОП	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 Адаптивная физическая культура для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физика»	

1. ЭБС iprbooks.ru – электронно-библиотечная система <http://www.iprbookshop.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>

9. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины (модуля) осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины (оценка)	Форма контроля	Выполнение нормативов
		Критерии оценивания	
Высокий	Отлично	Выполнено от 91 до 100 % заданий	
Базовый	Хорошо	Выполнено от 76 до 90 % заданий	
Пороговый	Удовлетворительно	Выполнено от 50 до 75 % заданий	
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Выполнено менее 50 % заданий	

Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины (оценка)	Форма контроля	Зачет
		Критерии оценивания	
Высокий	зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также сформированность всех дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Применение умений и навыков, уверенное.	
Базовый	зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также успешная сформированность дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Вместе с тем, студентом допущены ошибки, имеет место пробелы в умениях и навыках.	
Пороговый	зачтено	Продемонстрированы не достаточные знания программного материала. Сформированы дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки порогового уровня.	
Компетенции не сформированы	не зачтено	Дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки не сформированы (теоретические знания разрознены, умения и навыки отсутствуют) // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа (выполнения практического задания).	

11. Материально-техническая база

Помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к сети Интернет, обеспеченным доступом в ЭИОС вуза, ЭБС Юрайт.

Спортивный гимнастический зал, оснащенный гимнастическим инвентарем и оборудованием; оборудование и технические средства для организации и проведения практических занятий (занятий семинарского типа), текущего контроля и промежуточной аттестации.