

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**(Адаптационная дисциплина для обучения инвалидов**  
**и лиц с ограниченными возможностями здоровья)**  
**ПРИЕМ 2019 г.**  
**ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная**

| Адаптивная физическая культура              |                                                                                     |                              |                                                       |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Направление подготовки/специальность        | Для всех направлений подготовки бакалавриата/ магистратуры, для всех специальностей |                              |                                                       |
| Направленность (профиль) / специализация    |                                                                                     |                              |                                                       |
| Уровень образования                         | высшее образование – бакалавриат, магистратура, специалитет                         |                              |                                                       |
| Курс                                        |                                                                                     | семестр                      | 1, 2, 3, 4 (в одном из семестров по выбору студентов) |
| Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах) | 3                                                                                   |                              |                                                       |
| Виды учебной деятельности                   | Временной ресурс                                                                    |                              |                                                       |
| Контактная (аудиторная) работа, ч           | Лекции                                                                              |                              | –                                                     |
|                                             | Практические занятия                                                                |                              | 64                                                    |
|                                             | Лабораторные занятия                                                                |                              | –                                                     |
|                                             | ВСЕГО                                                                               |                              | 64                                                    |
| Самостоятельная работа, ч                   |                                                                                     |                              | 44                                                    |
| ИТОГО, ч                                    |                                                                                     |                              | 108                                                   |
| Вид промежуточной аттестации                | зачет                                                                               | Обеспечивающее подразделение | ОФК                                                   |
|                                             |                                                                                     |                              |                                                       |

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины является формирование у обучающихся определенного ООП состава компетенций для подготовки к профессиональной деятельности.

| Код компетенции | Наименование компетенции                                                                                                                                       | Индикаторы достижения компетенций |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции) |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                                                                                                                | Код индикатора                    | Наименование индикатора достижения                                                                                                                                                                                                                                             | Код                                                         | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Бакалавриат     |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| УК (У)-6        | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни                    | И.УК (У)-6.3                      | Находит и использует источники получения дополнительной информации для повышения уровня общих и профессиональных знаний.                                                                                                                                                       | УК(У)-6.3В1                                                 | Владеет навыками использовать источники получения дополнительной информации для повышения уровня общих и профессиональных знаний                                                                                                                                      |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.3У1                                                 | Умеет находить и использовать источники получения дополнительной информации                                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.331                                                 | Знает основные источники получения дополнительной информации                                                                                                                                                                                                          |
|                 |                                                                                                                                                                | И.УК (У)-6.4                      | Анализирует основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда | УК(У)-6.4В1                                                 | Владеет возможностями и инструментами непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.4У1                                                 | Умеет использовать основные возможности и инструменты непрерывного образования                                                                                                                                                                                        |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.431                                                 | Знает основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям                                                                                                                                                |
|                 |                                                                                                                                                                | И.УК (У)-6.5                      | Определяет задачи саморазвития, цели и приоритеты профессионального роста; распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и анализа ресурсов для их выполнения                                                                             | УК(У)-6.5В1                                                 | Владеет навыками распределения задач на долго-, средне- и краткосрочные перспективы с учетом личностных и профессиональных потребностей                                                                                                                               |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.5У1                                                 | Умеет определять задачи саморазвития, цели и приоритеты личностного роста с учетом профессиональной деятельности; распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные                                                                                              |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.531                                                 | Знает способы личностного роста с учетом профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                |
| Специалитет     |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| УК (У)-6        | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни | И.УК (У)-6.3                      | Находит и использует источники получения дополнительной информации для повышения уровня общих и профессиональных знаний.                                                                                                                                                       | УК(У)-6.3В1                                                 | Владеет навыками использовать источники получения дополнительной информации для повышения уровня общих и профессиональных знаний                                                                                                                                      |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.3У1                                                 | Умеет находить и использовать источники получения дополнительной информации                                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.331                                                 | Знает основные источники получения дополнительной информации                                                                                                                                                                                                          |
|                 |                                                                                                                                                                | И.УК (У)-6.4                      | Анализирует основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда | УК(У)-6.4В1                                                 | Владеет возможностями и инструментами непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.4У1                                                 | Умеет использовать основные возможности и инструменты непрерывного образования                                                                                                                                                                                        |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.431                                                 | Знает основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям                                                                                                                                                |
|                 |                                                                                                                                                                | И.УК (У)-6.5                      | Определяет задачи саморазвития, цели и приоритеты профессионального роста; распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и анализа ресурсов для их выполнения                                                                             | УК(У)-6.5В1                                                 | Владеет навыками распределения задач на долго-, средне- и краткосрочные перспективы с учетом личностных и профессиональных потребностей                                                                                                                               |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.5У1                                                 | Умеет определять задачи саморазвития, цели и приоритеты личностного роста с учетом профессиональной деятельности; распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные                                                                                              |
|                 |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | УК(У)-6.531                                                 | Знает способы личностного роста с учетом профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                |
| Магистратура    |                                                                                                                                                                |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| УК (У)-6        | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и                                                                                      | И.УК (У)-6.1                      | Решает задачи собственного личного и профессионального развития, определяет и реализовывает приоритеты совершенствования собственной деятельности на основе                                                                                                                    | УК(У)-6.1В1                                                 | Владеет возможностями и инструментами непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда |

| Код компетенции | Наименование компетенции                          | Индикаторы достижения компетенций |                                    | Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции) |                                                                                                                        |
|-----------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                   | Код индикатора                    | Наименование индикатора достижения | Код                                                         | Наименование                                                                                                           |
|                 | способы ее совершенствования на основе самооценки |                                   | самооценки                         | УК(У)-6.1У1                                                 | Умеет определять задачи саморазвития, цели и приоритеты личностного роста с учетом профессиональной деятельности       |
|                 |                                                   |                                   |                                    | УК(У)-6.131                                                 | Знает способы личностного роста с учетом профессиональной деятельности                                                 |
|                 |                                                   |                                   |                                    | УК(У)-6.132                                                 | Знает основные возможности и инструменты непрерывного образования применительно к собственным интересам и потребностям |

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплины (модулю)

После успешного освоения дисциплины будут сформированы результаты обучения:

| Планируемые результаты обучения по дисциплины |                                                                                                                                                                                                                                                       | Индикатор<br>достижения<br>компетенции    |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Код                                           | Наименование                                                                                                                                                                                                                                          |                                           |
| Бакалавриат / Специалитет                     |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                           |
| РД1                                           | Знать научно-практические основы адаптивной физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы социальной интеграции инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья                                                           | И.УК(У)-6.3<br>И.УК(У)-6.4<br>И.УК(У)-6.5 |
| РД2                                           | Уметь использовать современные методы научного исследования и опыт практической работы для решения актуальных проблем в каждом виде адаптивной физической культуры                                                                                    | И.УК(У)-6.3<br>И.УК(У)-6.4<br>И.УК(У)-6.5 |
| РД3                                           | Уметь составлять индивидуальные программы для эффективного решения поставленных задач адаптивной физической культуры с реабилитационной, компенсаторной, коррекционной, профилактической направленностью.                                             | И.УК(У)-6.3<br>И.УК(У)-6.4<br>И.УК(У)-6.5 |
| РД4                                           | Владеть опытом самостоятельного освоения отдельных элементов тренировочных программ содействующих развитию психических и физических качеств, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний | И.УК(У)-6.3<br>И.УК(У)-6.4<br>И.УК(У)-6.5 |
| Магистратура                                  |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                           |
| РД1                                           | Знать научно-практические основы адаптивной физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы социальной интеграции инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья                                                           | И.УК(У)-6.1                               |
| РД2                                           | Уметь использовать современные методы научного исследования и опыт практической работы для решения актуальных проблем в каждом виде адаптивной физической культуры                                                                                    | И.УК(У)-6.1                               |
| РД3                                           | Уметь составлять индивидуальные программы для эффективного решения поставленных задач адаптивной физической культуры с реабилитационной, компенсаторной, коррекционной, профилактической направленностью.                                             | И.УК(У)-6.1                               |
| РД4                                           | Владеть опытом самостоятельного освоения отдельных элементов тренировочных программ содействующих развитию психических и физических качеств, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний | И.УК(У)-6.1                               |

## 3. Структура и содержание дисциплины

### Основные виды учебной деятельности

| Разделы дисциплины                                                              | Формируемый результат обучения по дисциплине | Виды учебной деятельности | Объем времени, ч. |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------|-------------------|
| <b>Раздел (модуль) 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды</b> | РД-1                                         | Лекции                    | –                 |
|                                                                                 | РД-2                                         | Практические занятия      | 38                |
|                                                                                 |                                              | Лабораторные занятия      | –                 |
|                                                                                 |                                              | Самостоятельная работа    | 24                |
| <b>Раздел (модуль) 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК</b>     | РД-3                                         | Лекции                    | –                 |
|                                                                                 | РД-4                                         | Практические занятия      | 20                |

|                                                  |      |                        |           |
|--------------------------------------------------|------|------------------------|-----------|
| Раздел (модуль) 3<br>Производственная гимнастика |      | Лабораторные занятия   | –         |
|                                                  |      | Самостоятельная работа | <b>16</b> |
|                                                  | РД-3 | Лекции                 | –         |
|                                                  | РД-4 | Практические занятия   | <b>6</b>  |
|                                                  |      | Лабораторные занятия   | –         |
|                                                  |      | Самостоятельная работа | <b>4</b>  |

#### 4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

##### 4.1. Учебно-методическое обеспечение:

###### Основная литература

- Капилевич, Л.В. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] / Л.В. Капилевич. - Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). – Томск: Изд-во ТПУ, 2013. – 150 с. – Режим доступа: <http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/simple/document/RU/TPU/book/327257>

###### Дополнительная литература

- Лечебная физическая культура как форма реализации учебного процесса по физическому воспитанию студентов/ Е.Ю. Дьякова, Л.В. Капилевич, О.К. Балтаева и др. «Теория и практика физической культуры. 2010. № 10. С.62–65. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_15272437\\_57622659.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_15272437_57622659.pdf)

##### 4.2. Информационное и программное обеспечение

Internet-ресурсы (в т.ч. в среде LMS MOODLE и др. образовательные и библиотечные ресурсы):

- Internet-ресурсы (в т.ч. в среде LMS MOODLE и др. образовательные и библиотечные ресурсы): Электронный курс «Адаптивная физическая культура» на платформе stud.lms.tpu.ru. Ссылка на курс: <https://stud.lms.tpu.ru/course/view.php?id=4016>
- Организации инвалидов России и стран СНГ [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://perspektiva-inva.ru>
- Первый Российский Интернет - портал для инвалидов [Электронный ресурс] // Режим доступа: [www.disability.ru](http://www.disability.ru)
- "Путь к независимой жизни [Электронный ресурс] // Режим доступа: [www.wil.ru](http://www.wil.ru)
- Федеральный закон о социальной защиты инвалидов в РФ [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?re>
- Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.edu.ru/>
- Российский образовательный форум [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.schoolexpo.ru>
- Википедия: свободная многоязычная энциклопедия [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org>
- Инновационная образовательная сеть «Эврика» [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://pedsovet.org/publikatsii/fizicheskaya-kultura>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы доступны по ссылке: <https://www.lib.tpu.ru/html/irs-and-pdb>

Лицензионное программное обеспечение (в соответствии с **Перечнем лицензионного программного обеспечения ТПУ**):

- Microsoft Office 2007 Standard Russian Academic;
- Document Foundation LibreOffice;
- Zoom Zoom;

#### 4. Cisco Webex Meetings.

Специализированное программное обеспечение для обеспечения образовательного процесса для студентов с ОВЗ:

1. Jaws for Windows 2018 Pro – программное обеспечение экранного доступа;
2. MAGic 13.0 Pro – программа экранного увеличения для универсального электронного видео увеличителя;
3. ElPicsPrint – программа для печати тактильной графики – программное обеспечение для принтера системы Брайля;
4. Duxbur Braille Translation Software (для Брайлевского принтера Everest-DV5) – программное обеспечение для принтера системы Брайля;
5. OpenBook – программа для распознавания и чтения плоскочечатных текстов (для портативного устройства для чтения/увеличения "Pearl", подключаемого к компьютеру).

В начале каждого занятия студентам в формате MS Power Point или MS Word или в виде раздаточного материала предлагается тема занятия, цели и задачи занятия, выделяются ключевые понятия, дается план занятия и ожидаемые результаты, а также требования к выполнению заданий. Учебные материалы после занятия предоставляются учащимся в электронном виде.