

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сейранов Сергей Германович

Должность: Ректор

Дата подписания: 29.11.2021 12:25:54

Уникальный программный ключ:

a928d5c2e32461dafba5f8f3b6487571221b4719a79b1a03aa2d5e0cab402e49

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

УТВЕРЖДЕНО

Решением научно-методического совета

Протокол №9 от «22» марта 2018 года

Председатель НМС

проректор по научной работе

_____ А.Н.Тамбовский

«_____» _____ 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СОВРЕМЕННЫЕ АДАПТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Б1.В.ОД.3

Направление подготовки

44.06.01 ОБРАЗОВАНИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Направленность

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Уровень высшего образования

Уровень подготовки кадров высшей квалификации

(аспирантура)

Форма обучения

очная/заочная

Малаховка 2018

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.07.2014 г. № 902 Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 44.06.01. Образование и педагогические науки (уровень подготовки кадров высшей квалификации), с учетом внесенных изменений приказом № 464 от 30 апреля 2015 г. «О внесении изменений в федеральные государственные стандарты высшего образования (уровень подготовки кадров высшей квалификации)»

Составитель:

Покрина Оксана Викторовна, к.п.н.,
доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины

Рецензенты:

Стрельникова Ирина Владимировна, к.б.н., доцент
завкафедрой физиологии и биохимии

Причалов Михаил Алексеевич, к.п.н., доцент
кафедра ТиМФКиС

*Обсуждена и одобрена на заседании кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины от 02.02.2018 протокол № 11
Завкафедрой _____ канд. биол. наук Осадченко И.В.*

*Одобрена на заседании научно-методического совета
от «22» марта 2018 года Протокол №9*

1. Цели и задачи дисциплины:

Основной целью дисциплины является подготовка специалистов высшей квалификации, обладающих глубокими знаниями и сформированными компетенциями в области теории и методики оздоровительной физической культуры.

Задачи дисциплины:

сформировать у аспирантов знания, умения и компетенции в соответствии с ФГОС ВО по указанному направлению подготовки:

- сформировать у аспирантов способность ориентироваться в современных проблемах науки в сфере оздоровительной физической культуры;
- уметь интерпретировать результаты педагогического исследования в которых применялись физкультурно-оздоровительные технологии;
- уметь использовать образовательные технологии системе профессионального физкультурного образования.

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОП ВО:

Процесс изучения дисциплины направлен на овладение обучающимся следующими компетенциями (УК-1, ОПК-3, ОПК-6):

Планируемые результаты обучения

<i>Коды формируемых компетенций</i>	<i>Содержание формируемых компетенций</i>	<i>Планируемые результаты обучения</i>
УК-1	Способностью к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях	Знать: современные научные педагогические технологии, используемые в адаптивной и оздоровительной физической культуре. Уметь: генерировать новые идеи при решении исследовательских и практических задач в сфере адаптивной и оздоровительной физической культуры. Владеть: способностью оценивать эффективность применения современных научных технологий в процессе оздоровления организма человека.
ОПК-3	способностью интерпретировать результаты педагогического исследования, оценивать границы их применимости, возможные риски их внедрения в образовательной и социокультурной среде, перспективы дальнейших исследований	Знать: критерии эффективности воздействия оздоровительных физических упражнений, применяемых в педагогическом исследовании. Уметь: обоснованно выбирать и эффективно использовать образовательные технологии в оздоровительной физической культуре. Владеть: способностью разрабатывать и научно обосновывать подходы к реализации

		современных педагогических технологий в сфере физкультурного образования.
ОПК-6	способностью обоснованно выбирать и эффективно использовать образовательные технологии, методы и средства обучения и воспитания с целью обеспечения планируемого уровня личностного и профессионального развития обучающегося	Знать: особенности и возможности применения современных педагогических технологий в физкультурном образовании. Уметь: использовать современные педагогические технологии процессе обучения и воспитания с целью обеспечения планируемого уровня личностного и профессионального развития обучающегося. Владеть: методами и средствами обучения для формирования образовательной среды с целью личностного и профессионального развития обучающегося

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Современные адаптивно-оздоровительные технологии» является факультативной дисциплиной, изучается очно на 2 году обучения (4 семестр), заочно – на 2 году обучения (4 семестр). Пререквизитом для изучения данной дисциплины служат дисциплины медико-биологического цикла, курс теории и методики физической культуры, основы спортивной тренировки, теория и методика избранного вида спорта, освоенные аспирантами на предшествующих этапах вузовской подготовки.

Форма промежуточной аттестации – зачет (4 семестр в очной и 4 семестр в заочной формах обучения).

Общая трудоёмкость дисциплины - 72 ч.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	36				36
В том числе:					
Лекции интерактивные (Л)	10				10
Научно-практические занятия (НПЗ)	26				26
Самостоятельная работа (всего) (СР)	36				36
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачёт				зачёт
Общая трудоемкость	Часы	72			72
	зачетные единицы	2			2

5. Содержание дисциплины.

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела	Коды компетенций	Формы рубежного контроля
1.	Адаптивно-оздоровительная физическая культура как система.	Понятие и структура оздоровительной физической культуры. Функции оздоровительной физической культуры. Принципы оздоровительной физической культуры. Факторы развития ОФК. (природные факторы ОФК, социально-экономические факторы ОФК, субъективные факторы ОФК).	<i>ОПК-6</i>	Опрос
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Понятие «физкультурная деятельность», ее генезис. Структура физкультурной деятельности. Понятие и структура медицинской деятельности. Виды и формы медицинской деятельности. Педагогическая деятельность в структуре ОФК. (Понятие и виды педагогической деятельности в области оздоровительной физической культуры, направления и технологии педагогической деятельности, формы педагогической деятельности)	<i>ОПК-3</i>	Опрос
3.	Научная деятельность в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Понятие, назначение и структура научной деятельности в ОФК. Уровни и виды научного исследования в сфере ОФК. Этапы и методы научного исследования в ОФК. Научно-методическая деятельность в структуре ОФК. (понятие и назначение научно-методической деятельности, направление и структура НМД, формы и принципы	<i>УК-1</i>	Опрос

		НМД)		
4	Средства и технологии адаптивной, оздоровительной физической культуры.	<p>Характеристика циклических физических упражнений.</p> <p>Характеристика ациклических физических упражнений.</p> <p>Анаэробные и аэробно-анаэробные режимы работы мышц. Корректирующая и релаксационная гимнастика. Дыхательная гимнастика. Традиционная дыхательная гимнастика. Не традиционная дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Гигиенические и естественно-природные факторы как средства оздоровления. Медико-биологические средства оздоровления. Психологические средства оздоровления.</p>	ОПК-6	Опрос

5.2 Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин					
		1	2	3	4	5	6
1	Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры			+			
2	Физиологические факторы развития тренированности спортсменов			+			
3	Психолого педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателей вуза	+					
4	Научно-методические аспекты управления подготовкой спортсменов					+	

5	Педагогика высшей школы			+			
6	Спортивные травмы и их профилактика						+

5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы			Всего час.
		Л	НПЗ	СР	
1.	Адаптивно-оздоровительная физическая культура как система.	2	6	9	17
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	2	6	9	17
3.	Научная деятельность в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	2	6	9	17
4	Средства и технологии адаптивной, оздоровительной физической культуры.	4	8	9	21
	Всего	10	26	36	72

5.4. Лекции

№ п/п	Раздел дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1.	Адаптивно-оздоровительная физическая культура как система.	Понятие и структура оздоровительной физической культуры.	2
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Понятие «физкультурная деятельность», ее генезис.	2
3.	Научная деятельность в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Понятие, назначение и структура научной деятельности в ОФК. Уровни и виды научного исследования в сфере ОФК.	2

4	Средства и технологии адаптивной, оздоровительной физической культуры.	Характеристика циклических физических упражнений. Характеристика ациклических физических упражнений.	4
---	--	---	---

5.5. Практические занятия

№ п/п	Раздел дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Формы текущего контроля	Трудо-емкость (час.)
1.	Адаптивно-оздоровительная физическая культура как система.	Функции оздоровительной физической культуры. Принципы оздоровительной физической культуры.	Опрос	6
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Структура физкультурной деятельности. Педагогическая деятельность в структуре ОФК.	Опрос	6
3.	Научная деятельность в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Этапы и методы научного исследования в ОФК. Научно-методическая деятельность в структуре ОФК.	Опрос	6
4	Средства и технологии адаптивной, оздоровительной физической культуры.	Анаэробные и аэробно-анаэробные режимы работы мышц. Корректирующая и релаксационная гимнастика. Дыхательная гимнастика. Традиционная дыхательная гимнастика. Не традиционная дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз.	Опрос	8

5.6. Самостоятельная работа

№ п/п	Раздел дисциплины	Наименование работ	Форма текущего контроля	Трудо-емкость (час)
1.	Адаптивно-оздоровительная	Самостоятельно изучить факторы развития ОФК. (природные факторы ОФК,	Опрос	9

	я физическая культура как система.	социально-экономические факторы ОФК, субъективные факторы ОФК).		
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Рассмотреть понятие и структура медицинской деятельности. Виды и формы медицинской деятельности. Рассмотреть понятие и виды педагогической деятельности в области оздоровительной физической культуры, направления и технологии педагогической деятельности, формы педагогической деятельности.	Опрос	9
3.	Научная деятельность в структуре адаптивной, оздоровительной физической культуры	Рассмотреть понятие и проанализировать назначение научно-методической деятельности, направление и структура НМД, формы и принципы НМД	Опрос	9
4	Средства и технологии адаптивной, оздоровительной физической культуры.	Самостоятельно изучить гигиенические и естественно-природные факторы как средства оздоровления. Самостоятельно изучить медико-биологические средства оздоровления и психологические средства оздоровления.	Опрос	9

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
(см. Приложение к Рабочей программе дисциплины).

7. Учебно-методическое и информационно-коммуникационное обеспечение дисциплины

7.1. Основная литература

п/№	Наименование	Кол-во экземпляров	
		в библиотеке	на кафедре
1.	Физическая реабилитация и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н. И. Цицкишвили, А. С. Чубуков ; МГАФК. - Малаховка : ВИНТИ, 2008. - 107 с. - Библиогр.: с. 105-107.	250	50
2.	Физическая реабилитация и профилактика заболеваний дыхательной системы : учебное пособие / Н. И. Цицкишвили ; МГАФК. - Малаховка, 2012. - 132 с. : ил. - Библиогр.: с. 128-129.	205	45
3.	Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учебное пособие для студентов вузов / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М. : Академия, 2008. - 432 с.	90	-
4.	Физическая реабилитация : учебная программа для студентов / Н. И. Цицкишвили, А. С. Чубуков ; МГАФК. - Малаховка,	35	35

	2008. - 23 с.		
5.	Физическая реабилитация : учебник для академий и институтов физической культуры / под ред. С. Н. Попова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Ростов н/Д : Феникс, 2004. - 604 с.	341	2
6.	Комплексная реабилитация инвалидов : учебное пособие / под ред. Т. В. Зозули. - М. : Академия, 2005. - 303 с.	233	1
7.	"Искусственно управляющая среда" в системе физической реабилитации : учебное пособие / Г. Н. Грец ; СГАФК. - Смоленск, 2006. - 79 с.	1	-

7.2. Дополнительная литература

п/№	Наименование	Кол-во экземпляров	
		в библиотеке	на кафедре
1.	Основы реабилитации: учебное пособие для студентов среднего профессионального образования / Л. В. Козлова, С. А. Козлов. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2005.	30	-
2.	Физическая реабилитация : учебник для академий и институтов физической культуры / под ред. С. Н. Попова. - Ростов н/Д : Феникс, 1999. - 606 с.	77	2
3.	Физическая реабилитация больных с фибромиалгией пояснично-крестцового отдела позвоночника / Н. И. Цицкишвили. // Научный альманах МГАФК. - Малаховка, 2011. - С. 112-118.	5	1
4.	Еремушкин М. А. Основы реабилитации : учебное пособие для студентов учреждений среднего медицинского профессионального образования / М. А. Еремушкин. - М. : Академия, 2011. - 205 с.	50	-
5.	Горохова Е. В. О влиянии физической реабилитации в сочетании с лечебным положением (укладкой) на опорно-двигательный аппарат детей с детским церебральным параличом // Научный альманах МГАФК. - Малаховка, 2011. - С. 104-111.	5	-
6.	Адаптивная физическая культура. № 3. - 2010. - 112.67.	1	-

7.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы, обучающихся по дисциплине:

п/№	Наименование	Кол-во экземпляров	
		в библиотеке	на кафедре
1		7	8
1.	Основы реабилитации : учебное пособие для студентов среднего профессионального образования / Л. В. Козлова, С. А. Козлов. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2005. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 5-222-07125-1 : 143.00.	30	-
2.	Физическая реабилитация : учебник для академий и институтов физической культуры / под ред. С. Н. Попова. - Ростов н/Д : Феникс, 1999. - 606 с. : ил. - ISBN 5-222-00865-7 : 38.27.	77	2
3.	Физическая реабилитация больных с фибромиалгией пояснично-крестцового отдела позвоночника / Н. И. Цицкишвили // Научный альманах МГАФК. - Малаховка, 2011. - С. 112-118.	5	1
4.	Еремушкин М. А.	50	-

	Основы реабилитации : учебное пособие для студентов учреждений среднего медицинского профессионального образования / М. А. Еремушкин. - М. : Академия, 2011. - 205 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 204. - ISBN 978-5-7695-6970-8 : 495.00.		
5.	Горохова Е. О влиянии физической реабилитации в сочетании с лечебным положением (укладкой) на опорно-двигательный аппарат детей с детским церебральным параличом / Е. Горохова // Научный альманах МГАФК. - Малаховка, 2011. - С. 104-111.	5	-
6.	Адаптивная физическая культура. № 3. - 2010. - 112.67.	1	-

7.4. Программное обеспечение.

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

7.5. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы данных:

www.rezeptsport.ru/paralympic/

www.olympic.kz/content.php?id=099

www.vog.su/main/sports/16677/16681

www.spolrussia.ru/

www.cntiproggress.ru/seminars/semtest/10126.aspx

8. Использование современных образовательных технологий:

№	Наименование раздела (перечислить те разделы, в которых используются активные и/или интерактивные образовательные технологии)	Формы занятий с использованием активных и интерактивных образовательных технологий	Трудоемкость (час.)
1.	Оздоровительная физическая культура как система.	лекция-презентация на тему: «Понятие, структура и технологии оздоровительной физической культуры».	2
2.	Физкультурная, медицинская деятельность и технологии в структуре оздоровительной физической культуры	лекция-презентация на тему: «Физкультурная деятельность», ее генезис»».	2
Итого			4

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение дисциплины необходимо начинать с ознакомления со структурой программы, краткого содержания частей, разделов и тем.

Начинать изучение по темам необходимо с ознакомления с соответствующими вопросами, раскрывающими их содержание в последовательности, указанной в учебнике и учебных пособиях, перечень которых представлен в списке основной литературы рабочей программы в разделе «Учебно-методическое обеспечение курса».

Необходимо также следовать рекомендациям преподавателя и при необходимости обращаться к нему с вопросами по изучаемым темам.

При изучении темы, прежде всего необходимо выделить основные понятия, рассматриваемые в ней, определить их соотношение друг с другом.

Настоятельно рекомендуется подкрепление изучаемого материала практической деятельностью в виде написания рефератов и конспектов, составления докладов, посещения и проведения уроков, секционных занятий и спортивных праздников.

Для самоконтроля после завершения изучения раздела, целесообразно ответить на вопросы и выполнить задания, предложенные в конце каждой темы.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Для обеспечения дисциплины «Современные адаптивно-оздоровительные технологии» не требуется особого материально-технического обеспечения. Необходима специализированная проветриваемая аудитория с качественной акустикой и подвижной мебелью (перемещение ее при необходимости), оснащённая мультимедийными средствами.