

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сейранов Сергей Германович

Должность: Ректор

Дата подписания: 29.11.2021 12:55:45

Уникальный программный ключ:

a928d5c2e32461dafba5f8f3b6487571221b4719a79b1a03aa2d5ebca84b2e49

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра адаптивной физической культуры и спортивной медицины

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научно-
исследовательской работе

ФГБОУ ВПО «МГАФК»

_____ Тамбовский А.Н.

«23» июня 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СОВРЕМЕННЫЕ АДАПТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.
Б1.В.ОД.3**

Направление подготовки

49.06.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направленность:

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Уровень высшего образования

Уровень подготовки кадров высшей квалификации
(аспирантура)

Квалификация

Исследователь. Преподаватель-исследователь

Форма обучения

Очная/заочная

Малаховка 2018

Рабочая программа «Современные адаптивно-оздоровительные технологии» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.07.2014 г. № 906 Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 49.06.01. Физическая культура и спорт (уровень подготовки кадров высшей квалификации)

Составитель:

Цицкишвили Нона Илларионовна, к.п.н.,
доцент кафедры адаптивной физической культуры и спортивной медицины
ФГБОУ ВПО «МГАФК» _____

Рецензенты:

Лысов Павел Константинович, д.м.н., профессор,
завкафедрой анатомии
ФГБОУ ВПО «МГАФК» _____

Стрельникова Ирина Владимировна, к.п.н., доцент
завкафедрой физиологии и биохимии
ФГБОУ ВПО «МГАФК» _____

*Обсуждена и одобрена на заседании кафедры адаптивной физической культуры
и спортивной медицины ФГБОУ ВПО «МГАФК»*

от «03» мая 2018 г., протокол № 24.

Завкафедрой адаптивной физической культуры и спортивной медицины, к.б.н.

_____ *И.В. Осадченко*

Одобрена научно-методическим советом ФГБОУ ВПО «МГАФК»

«23 » июня 2018 г. , протокол № 4

1. Цели и задачи дисциплины:

Основной **целью** дисциплины является овладение аспирантами компетенциями в области физкультурно-оздоровительных технологий, ознакомление обучающихся с современными средствами восстановления работоспособности.

Задачи дисциплины:

- выявление роли восстановления работоспособности организма;
- рассмотрение классификации средств восстановления;
- обучение способам оценки и контроля воздействия на организм восстановительных средств;
- ознакомление с аппаратными средствами восстановления.

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

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

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: особенности воздействия восстановительных средств на различные системы организма. Уметь: критически анализировать и оценивать современные средства восстановления физической работоспособности. Владеть: навыками генерирования новых идей при решении исследовательских и практических задач развития восстановительных средств работоспособности.
УК-6	способностью планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития.	Знать: профессиональные и личностные качества, важные при использовании современных восстановительных средств Уметь: развивать и совершенствовать свои профессионально важные и личностные качества . Владеть: способами планирования и решения задач собственного профессионального и личностного развития.
ОПК-1	владением необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	Знать: современные средства восстановления, применяемые в процессе физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культуры Уметь: применять современные средства восстановления в процессе физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культуры.

		Владеть: средствами восстановления физической работоспособности
--	--	--

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Современные адаптивно-оздоровительные технологии» является обязательной дисциплиной вариативной части Блока «Дисциплины» (Б1.В.ОД.3), изучается очно на 2 году обучения (4 семестр), заочно – на 1 году обучения (1 семестр). Для изучения данной дисциплины в очной форме предшествующими являются «Психолого-педагогические аспекты профессионального мастерства преподавателя вуза», «Педагогика высшей школы», «Педагогическая практика», «Научно-методические аспекты управления подготовкой спортсменов», «Профилактика спортивного травматизма». Форма промежуточной аттестации – зачет (4 семестр в очной и 1 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)	36	-	-	-	36
Вид промежуточной аттестации: зачет	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 формируемых компетенций	Форма контроля
1.	Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий	Анамнез, клинико-функциональная характеристика занимающихся ОФК. Особенности проведения оздоровительных рекреационных занятий с различными группами занимающихся. .Организация самоконтроля при проведении занятий в ОФК.	УК-1, УК-6, ОПК-1	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта
2.	Характеристика	Общая	УК-1, УК-6,	Индивидуальный

	технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	характеристика ФОТ. Классификация средств, применяемых в ФОТ-е.	<i>ОПК-1</i>	опрос Доклад-презентация Проверка конспекта
3.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии.	Активная и пассивная кинезиотерапия. Теория моторно-висцеральных рефлексов. Показания и противопоказания к использованию. Применение кинезитерапии в ОФК.	<i>УК-1, УК-6, ОПК-1</i>	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта
4	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК. Характеристики и свойства воды. Физиологические и механические эффекты воздействия гидротерапии на различные системы организма человека. Показания и противопоказания к применению.	<i>УК-1, УК-6, ОПК-1</i>	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта
5.	Методика обучения физическим упражнениям, используемым в области технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	.Основы обучения физическим упражнениям в технологии ФОД. Меры безопасности при обучении и профилактика травматизма.	<i>УК-1, УК-6, ОПК-1</i>	Индивидуальный опрос Доклад-презентация
6.	Технологии оздоровления различных систем организма человека	Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса	<i>УК-1, УК-6, ОПК-1</i>	Реферат. Индивидуальный опрос Доклад-презентация

5.2. Междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование дисциплин	№/№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения последующих дисциплин		
		1	2	3
1.	Педагогическая практика	+	+	+
2.	Научно-исследовательская практика	+	+	+

5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Виды учебной работы			Всего Часов
		Л	ПЗ	СР	
1	2	3	4	5	6
1.	Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий	2	4	6	12
2.	Характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	-	4	6	10
3.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания, противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии	2	4	6	12
4.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК	2	4	6	12
5.	Методика обучения физическим упражнениям, используемым в области технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	-	4	6	10
6.	Технологии оздоровления различных систем организма человека	4	6	6	16
ИТОГО:		10	26	36	72

5.4. Лекции

№ п/п	Раздел дисциплины	Тематика лекций	Трудо-емкость (час.)
-------	-------------------	-----------------	----------------------

1.	Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий	Введение в предмет. Место и роль физкультурно-оздоровительной деятельности в формировании здорового образа жизни. Анамнез, клинико-функциональная характеристика занимающихся ОФК.	2
2.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии	Активная и пассивная кинезиотерапия. Теория моторно-висцеральных рефлексов. Показания и противопоказания к использованию. Применение кинезиотерапии в ОФК.	2
3.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК. Характеристики и свойства воды. Физиологические и механические эффекты воздействия гидротерапии на различные системы организма человека. Показания и противопоказания к применению.	2
4.	Технологии оздоровления различных систем организма человека.	Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса.	4
ИТОГО:			10 ч.

5.5. Практические занятия

№ п/п	Раздел Дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Формы контроля	Трудоемкость (час.)
1.	Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий	Особенности проведения оздоровительных рекреационных занятий с различными группами занимающихся. Организация самоконтроля при проведении занятий в ОФК.	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта	2 2

2.	Характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности.	Общая характеристика ФОР. Классификация средств, применяемых в ФОР-е.	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта	2 2
3.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии.	Активная и пассивная кинезиотерапия. Теория моторно-висцеральных рефлексов. Показания и противопоказания к использованию. Применение кинезиотерапии в ОФК.	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта	2 2
4.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК. Характеристики и свойства воды. Физиологические и механические эффекты воздействия гидротерапии на различные системы организма человека. Показания и противопоказания к применению	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Проверка конспекта	2 2
5.	Методика обучения физическим упражнениям, используемым в области технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	Основы обучения в технологии ФОР. Меры безопасности при обучении и профилактика травматизма.	Индивидуальный опрос Доклад-презентация	2 2
6.	Технологии оздоровления различных систем организма человека.	Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко. . Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У. Бейтса.	Индивидуальный опрос Доклад-презентация Реферат	6
ИТОГО:				26 ч.

5.6. Самостоятельная работа

№ п/п	Раздел Дисциплины	Наименование работ	Форма контроля	Трудо-емкость (час)
-------	-------------------	--------------------	----------------	---------------------

1.	Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий	Работа с конспектом лекции, подготовка доклада-презентации, подготовка к индивидуальному опросу	Проверка конспекта Доклад-Презентация Индивидуальный опрос	6
2.	Характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	Работа с конспектом лекции. Подготовка доклада-презентации. Подготовка к опросу.	Проверка конспекта Доклад-Презентация Индивидуальный опрос	6
3.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии	Работа с конспектом лекции, подготовка доклада-презентации, подготовка к опросу	Проверка конспекта Доклад-Презентация Индивидуальный опрос	6
4.	Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК.	Работа с конспектом лекции, подготовка доклада-презентации, подготовка к индивидуальному опросу	Проверка конспекта Доклад-Презентация Индивидуальный опрос	6
5.	Методика обучения физическим упражнениям, используемым в области технологии физкультурно-оздоровительной деятельности	Подготовка доклада-презентации, подготовка к индивидуальному опросу	Доклад-Презентация Индивидуальный опрос	6

6.	Технологии оздоровления различных систем организма человека	Написание реферата, Подготовка к индивидуальному опросу. Подготовка доклада-презентации.	Реферат Доклад-презентация Индивидуальный опрос	6
ИТОГО:				36 ч.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации.

Приложением № 1 к рабочей программе: Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Современные адаптивно-оздоровительные технологии».

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

7.1. Основная литература

№ п/п	Наименование издания	Кол-во экземпляров	
		Библиотека	Кафедра
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, 2008. - 23 с.	35	35
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/п	Наименование издания	Кол-во экземпляров	
		Библиотека	Кафедра
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	77	2

	институтов физической культуры / под ред. С. Н. Попова. - Ростов н/Д : Феникс, 1999. - 606 с.		
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/п	Наименование издания	Кол-во экземпляров	
		Библиотека	Кафедра
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. 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.	50	-
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: Microsoft office

7.5. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

www.rezeptsport.ru/paralympic/

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

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

www.spolrussia.ru/

7.6. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимой для освоения дисциплины.

1. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru/>
2. Library.ru - информационно-справочный портал <http://library.ru/>
3. Сигла - служба поиска библиографических записей в электронных каталогах библиотек России и зарубежных стран <http://sigla.ru/>
4. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>
5. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>
6. IQlib - электронная библиотека образовательных и просветительских изданий <http://www.iqlib.ru/>
7. Библиотека естественных наук РАН <http://www.benran.ru/>
8. Библиотека Российской академии наук <http://www.rasl.ru/>
9. Всероссийская государственная библиотека иностранной литературы <http://www.libfl.ru/>
10. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского <http://www.gnpbu.ru/>
11. Президентская библиотека <http://www.shpl.ru/>
12. Российская национальная библиотека <http://www.nlr.ru/>

8. Использование современных образовательных технологий

№ п/п	Наименование раздела	Формы занятий с использованием активных и интерактивных образовательных технологий	Трудоемкость (час.)
1.	Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии	Мультимедийное сопровождение лекций (Л) и докладов (ПЗ). Подготовка презентаций (СР).	10
2.	Технологии оздоровления различных систем организма человека	Мультимедийное сопровождение лекций (Л) и докладов (ПЗ). Подготовка презентаций (СР).	10
Итого			20

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

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

Начинать изучение по темам необходимо с ознакомления с соответствующими вопросами, раскрывающими их содержание в последовательности, указанной в ФОС, 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 источниках в конце каждой темы.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для обеспечения занятий по дисциплины на кафедре имеется специализированная проветриваемая аудитория с качественной акустикой и подвижной мебелью (перемещение ее при необходимости), оснащённая мультимедийными средствами.

11. Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины

№ п/п	Дата внесения изменений	№ протокола заседания кафедры, дата	Содержание изменения	Подпись

: