

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
«ТОБОЛЬСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ» (ФИЛИАЛ)

Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

 УТВЕРЖДАЮ:  
Председатель СПН  
А.Г.Мозырев

«12» 09. 2016 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина: «Адаптивная физическая культура»  
Направление подготовки: 18.03.01 Химическая технология  
Профиль: Химическая технология органических веществ  
Квалификация: бакалавр  
Программа академического бакалавриата  
Форма обучения: очная/заочная  
Курс: 1-3/2  
Семестр: 1-5/3

Контактная работа 296/10 ак.ч., в т.ч.:  
Практические занятия – 296/10 ак.ч.  
Самостоятельная работа – 32/ 318 ак.ч., в т.ч:  
Вид промежуточной аттестации:  
Зачет – 1-5 /3 семестр  
Общая трудоемкость 328/328 ак.ч., з.е.

Тобольск 2016

При разработке программы в основу положен Федеральный государственный образовательный стандарт по направлению подготовки 18.03.01 «Химическая технология», утвержденного приказом №1005 Министерства образования и науки РФ от 11 августа 2016г.

Рабочая программа рассмотрена  
на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

Протокол № 2 от 10.09.2016 г.

Заведующий кафедрой  
ЕНГД



С.А.Татьяненко  
(подпись)

СОГЛАСОВАНО:  
Заведующий кафедрой



Г.И Егорова

« 10 » 09 2016 г.

Рабочую программу разработал:

канд. пед. наук, доцент



/ О.В. Злыгостев/

## 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель:** формирование у обучающихся с ограниченными функциональными возможностями физической культуры личности и коррекции нарушенных функций организма на основе сохраненных кондиций и использования средств физической культуры для расширения функциональных резервов организма, в достижении устойчивой адаптации к социальным и профессиональным условиям жизнедеятельности

### Задачи:

- сформировать понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в адаптации к физическим нагрузкам в социальной и профессиональной деятельности;
- воспитать ценностно-мотивационную потребность в ведении активного образа жизни и необходимости использования средств адаптивной физической культуры в режиме труда и отдыха
- сформировать оптимальную физическую готовность и функциональную устойчивость, к физическим нагрузкам в профессиональной самореализации

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Адаптивная физическая культура» является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту. Она логически и содержательно связана с дисциплинами «Физическая культура и спорт», «Общая физическая подготовка», «Прикладная физическая культура».

## 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

| Номер компетенции | Содержание компетенции  | В результате изучения дисциплины обучающиеся должны  |   |   |
|-------------------|---|--|---|---|
|                   |   | знать  | уметь   | владеть   |
| ОК- 8             | способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | назначение, функции и цель адаптивной физической культуры в формировании физической культуры личности и формировании собственного здоровья | правильно использовать средства адаптивной физической культуры для развития сохранных физических качеств и увеличения функциональных возможностей | техникой выполнения специальных упражнений, направленных на сохранение оптимального уровня здоровья |

## 4. Содержание дисциплины

### 4.1. Содержание разделов и тем дисциплины

| № п/п | Наименование раздела программы | № темы | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|--------------------------------|--------|--|
| 1     | 2                              | 3      | 4  |
| 1     | ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ           | 1      | Основные параметры и способы самоконтроля физического состояния на занятиях физкультурой и спортом.  |
|       |                                | 2      | Особенности использования средств физической культуры для реабилитации при имеющемся заболевании, патологическом состоянии. Варианты физкультурно-оздоровительного досуга адаптивной направленности. |
|       |                                | 3      | Особенности использования спортивных средств активного досуга при имеющемся заболевании, патологическом состоянии. Варианты спортивного досуга адаптивной направленности.                            |

|   |   |    |   |   |   |
|---|---|----|---|---|---|
|   |   | 4  | Организация режима дня обучающегося при имеющемся заболевании, патологическом состоянии.              |   |   |
|   |   | 5  | Принципы сбалансированного питания.   |   |   |
|   |   | 6  | Психологическая гигиена. Профилактика психо-эмоционального стресса. Медитативные практики, релаксация |   |   |
|   |   | 7  | Двигательная активность - основа здорового образа жизни.  |   |   |
|   |   | 8  | Вредные привычки, меры профилактики.  |   |   |
|   |   | 9  | Биологически активные точки, самомассаж   |   |   |
|   |   | 10 | Пальминг.   |   |   |
|   |   | 11 | Глазодвигательная гимнастика.   |   |   |
|   |   | 12 | Диафрагмальное дыхание.   |   |   |
|   |   | 13 | Профилактика травматизма на занятиях  |   |   |
|   |   | 2  | <b>ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ<br/>(КОМПЛЕКСЫ)</b>   | 1 | Комплекс упражнений без предметов             |
|   |   |    |   | 2 | Комплекс упражнений с мячами                  |
|   |   |    |   | 3 | Комплекс упражнений с гимнастическими палками |
| 4 | Комплекс упражнений с гантелями                         |    |   |   |   |
| 5 | Комплекс упражнений у гимнастической стенки             |    |   |   |   |
| 6 | Комплекс упражнений на фитбол-мячах                     |    |   |   |   |
| 3 | <b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>                                  | 1  | Техника спортивной ходьбы, бега.  |   |   |
|   |   | 2  | Бег по укороченной дистанции. Развитие скоростных способностей.                                       |   |   |
|   |   | 3  | Оздоровительный бег. Развитие выносливости.   |   |   |
|   |   | 4  | Прыжок в длину с места.   |   |   |
|   |   | 5  | Эстафетный бег по укороченным отрезкам  |   |   |
|   |   | 6  | Инструкторская и судейская практика   |   |   |
|   |   | 7  | ВФСК ГТО – адаптивный вариант, ознакомление   |   |   |
| 4 | <b>ВОЛЕЙБОЛ</b>   | 1  | Перемещения в волейболе   |   |   |
|   |   | 2  | Техника передачи волейбольного мяча   |   |   |
|   |   | 3  | Техника подачи и приема мяча с подачи   |   |   |
|   |   | 4  | Игровая и судейская практика  |   |   |
|   |   | 5  | Техника безопасности на занятиях волейболом   |   |   |
|   |   | 6  | Правила проведения соревнований по волейболу  |   |   |
| 5 | <b>ФИТНЕС И АЭРОБИКА</b>                                | 1  | Техника танцевальных движений   |   |   |
|   |   | 2  | Техника танцевальных движений в различных стилях и направления  |   |   |
|   |   | 3  | Техника спортивной аэробики   |   |   |
|   |   | 4  | Построение танцевальной композиции  |   |   |
| 6 | <b>ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b> | 1  | Координация движения рук и точность линейного глазомера   |   |   |
|   |   | 2  | Сила и подвижность нервных процессов  |   |   |
|   |   | 3  | Статическая выносливость «позных» мышц  |   |   |
|   |   | 4  | Мышечная сила   |   |   |

#### 4.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

| № п/п | Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин | №№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин |   |   |   |   |   |
|-------|---|--|---|---|---|---|---|
|       |   | 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1     | Прикладная физическая культура                      | +  | + | + | + | + | + |
| 2     | Общая физическая подготовка                         | +  | + | + | + | + | + |
| 3     | Физическая культура и спорт                         | +  | + | + | + | + | + |

#### 4.3. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

Тематический план изучения дисциплины информирует о распределении объема часов видов учебной работы по темам учебной дисциплины по основным нозологическим формам заболеваний

| № п/п | Наименование раздела программы                   | Лекции, ак. час | Практ. зан., ак. час | Лаб. зан., ак. час | Семинары, ак. час | СРС ак. час   | Всего, ак. час |
|-------|--|-----------------|----------------------|--------------------|-------------------|---------------|----------------|
| 1     | 2  | 3               | 4                    | 5                  | 6                 | 7             | 8              |
| 1     | Здоровый образ жизни                             | -               | 30/4                 | -                  | -                 | 10/194        | 40/198         |
| 2     | Общеразвивающие упражнения (комплексы)           | -               | 182/4                | -                  | -                 | 4/20          | 186/24         |
| 3     | Легкая атлетика                                  | -               | 18/0                 | -                  | -                 | 4/20          | 22/20          |
| 4     | Волейбол   | -               | 28/0                 | -                  | -                 | 8/40          | 36/40          |
| 5     | Фитнес и аэробика                                | -               | 15/0                 | -                  | -                 | 3/20          | 18/20          |
| 6     | Профессионально-прикладная физическая подготовка | -               | 23/2                 | -                  | -                 | 3/20          | 26/22          |
| 7     | Зачет:   | -               | -                    | -                  | -                 | 0/4           | 0/4            |
|       | <b>ИТОГО:</b>                                    | -               | <b>296/10</b>        | -                  | -                 | <b>32/318</b> | <b>328/328</b> |
| 1     | Здоровый образ жизни                             | -               | 30/4                 | -                  | -                 | 10/194        | 40/198         |
| 2     | Общеразвивающие упражнения (комплексы)           | -               | 182/4                | -                  | -                 | 4/20          | 186/24         |
| 3     | Легкая атлетика                                  | -               | 18/0                 | -                  | -                 | 4/20          | 22/20          |
| 4     | Волейбол   | -               | 28/0                 | -                  | -                 | 8/40          | 36/40          |
| 5     | Фитнес и аэробика                                | -               | 15/0                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/20          |
| 6     | Профессионально-прикладная физическая подготовка | -               | 23/2                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/22          |
| 7     | Зачет:   | -               | -                    | -                  | -                 | 0/4           | 0/4            |
|       | <b>ИТОГО:</b>                                    | -               | <b>296/10</b>        | -                  | -                 | <b>32/318</b> | <b>328/328</b> |
| 1     | Здоровый образ жизни                             | -               | 30/4                 | -                  | -                 | 10/194        | 40/198         |
| 2     | Общеразвивающие упражнения (комплексы)           | -               | 182/4                | -                  | -                 | 4/20          | 186/24         |
| 3     | Легкая атлетика                                  | -               | 18/0                 | -                  | -                 | 4/20          | 22/20          |
| 4     | Волейбол   | -               | 28/0                 | -                  | -                 | 8/40          | 36/40          |
| 5     | Фитнес и аэробика                                | -               | 15/0                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/20          |
| 6     | Профессионально-прикладная физическая подготовка | -               | 23/2                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/22          |
| 7     | Зачет:   | -               | -                    | -                  | -                 | 0/4           | 0/4            |
|       | <b>ИТОГО:</b>                                    | -               | <b>296/10</b>        | -                  | -                 | <b>32/318</b> | <b>328/328</b> |
| 1     | Здоровый образ жизни                             | -               | 30/4                 | -                  | -                 | 10/194        | 40/198         |
| 2     | Общеразвивающие упражнения (комплексы)           | -               | 182/4                | -                  | -                 | 4/20          | 186/24         |
| 3     | Легкая атлетика                                  | -               | 18/0                 | -                  | -                 | 4/20          | 22/20          |
| 4     | Волейбол   | -               | 28/0                 | -                  | -                 | 8/40          | 36/40          |
| 5     | Фитнес и аэробика                                | -               | 15/0                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/20          |
| 6     | Профессионально-прикладная физическая подготовка | -               | 23/2                 | -                  | -                 | 3/20          | 22/22          |
| 7     | Зачет:   | -               | -                    | -                  | -                 | 0/4           | 0/4            |
|       | <b>ИТОГО:</b>                                    | -               | <b>296/10</b>        | -                  | -                 | <b>32/318</b> | <b>328/328</b> |
| 1     | Здоровый образ жизни                             | -               | 30/4                 | -                  | -                 | 10/194        | 40/198         |
| 2     | Общеразвивающие упражнения (комплексы)           | -               | 182/4                | -                  | -                 | 4/20          | 186/24         |
| 3     | Легкая атлетика                                  | -               | 18/0                 | -                  | -                 | 4/20          | 22/20          |

|   |  |   |               |   |   |               |                |
|---|--|---|---------------|---|---|---------------|----------------|
| 4 | Волейбол   | - | 28/0          | - | - | 8/40          | 36/40          |
| 5 | Фитнес и аэробика                                | - | 15/0          | - | - | 3/20          | 22/20          |
| 6 | Профессионально-прикладная физическая подготовка | - | 23/2          | - | - | 3/20          | 22/22          |
| 7 | Зачет:   | - | -             | - | - | 0/4           | 0/4            |
|   | <b>ИТОГО:</b>                                    | - | <b>296/10</b> | - | - | <b>32/318</b> | <b>328/328</b> |

**4.4. Перечень практических занятий по учебной дисциплине «Адаптивная физическая культура»**













## 5. Перечень тем самостоятельной работы по разделам программы для всех нозологических групп

| №             | Наименование раздела, направления подготовки по дисциплине | Трудоемкость (часы) | Виды контроля                                      | Формируемая компетенция |
|---------------|--|---------------------|--|-------------------------|
| 1             | 2  | 3                   | 4  | 5                       |
| 1             | Здоровый образ жизни                                       | 8/214               | Тестирование физической подготовленности / Реферат | ОК 8                    |
| 3             | Легкая атлетика  | 8/40                |  |                         |
| 4             | Волейбол   | 12/20               |  |                         |
| 7             | Фитнес и аэробика  | 2/20                |  |                         |
| 8             | Профессионально-прикладная физическая подготовка           | 2/20                |  |                         |
| <b>Зачет:</b> |  | <b>0/4</b>          |  |                         |
| <b>ИТОГО:</b> |  | <b>32/318</b>       |  |                         |

## 6. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

### 6.1. Оценка результатов освоения учебной дисциплины студентами очной формы обучения

Рейтинговая система оценки по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для обучающихся очной формы обучения по направлению 18.03.01 Химическая технология

| 1-ый срок предоставления результатов текущего контроля | 2-ый срок предоставления результатов текущего контроля | 3-ый срок предоставления результатов текущего контроля | Итого: |
|--|--|--|--------|
| 0-25   | 0-30   | 0-45   | 0-100  |

| №                                      | Виды контрольных мероприятий текущего контроля для очной формы обучения | Баллы          | № недели |
|--|---|----------------|----------|
| 1                                      | 2   | 3              | 4        |
| 1                                      | Работа на практических занятиях   | 0-15           | 1-6      |
| 2                                      | Ведение «Дневника самоконтроля»   | 0-4            |          |
| 3                                      | Составление «Режима учебного дня»                                       | 0-6            |          |
| <b>ИТОГО за I текущую аттестацию</b>   |   | <b>0 – 25</b>  |          |
| 4                                      | Работа на практических занятиях   | 0-16           | 7-11     |
| 5                                      | Ведение «Дневника самоконтроля»   | 0-4            |          |
| 6                                      | Составление «Комплекса упражнений» по заболеванию                       | 0-10           |          |
| <b>ИТОГО за II текущую аттестацию</b>  |   | <b>0 – 30</b>  |          |
| 7                                      | Работа на практических занятиях   | 0-18           | 12-18    |
| 8                                      | Ведение «Дневника самоконтроля»   | 0-9            |          |
| 9                                      | Тестирование физической подготовленности сохраннных кондиций            | 0-18           |          |
| <b>ИТОГО за III текущую аттестацию</b> |   | <b>0 – 45</b>  |          |
| <b>ВСЕГО:</b>                          |   | <b>0 - 100</b> |          |

Рейтинговая система оценки по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для обучающихся заочной формы обучения

| № п/п         | Виды мероприятий | Количество баллов |
|---------------|------------------|-------------------|
| 1             | 2                | 3                 |
| 1             | Защита реферата  | 0-100             |
| <b>ВСЕГО:</b> |                  | <b>0-100</b>      |

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**7.1 КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ**

Учебная дисциплина: Адаптивная физическая культура

Форма обучения: очная/ заочная

Кафедра: Естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

курс1-3/2, семестр 1-5/3

Код, направление подготовки: 18.03.01 Химическая технология

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство  | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся литературой, % | Место хранения             | Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ |
|--|---|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|----------------------------|--|
| 1  | 2   | 3           | 4           | 5           | 6                        | 7   | 8   | 9                          | 10   |
| Основная   | Назарова, С.Н. Основы здорового образа жизни [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов.-3-е изд., испр. – М.: Академия.  | 2013        | У           | Л,ПЗ        | 71                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |
|  | Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 12-е изд. –М.: Академия.                           | 2014        | У           | Л,ПЗ        | 64                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |
|  | Голощاپов, Б.Р. История физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ Б.Р. Голощاپов.-10-е изд., стер. – М.: Академия.  | 2013        | У           | Л, ПЗ       | 58                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |
|  | Караулов, Л.К. Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования / Л.К. Красноперова, М.М. Расулов. – М.: Академия.                                    | 2012        | У           | Л,ПЗ        | 61                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |
|  | Лечебная физическая культура [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ под ред. С.Н. Попова. – 10-е изд., стер. – М.: Академия.  | 2014        | У           | Л, ПЗ       | 68                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |
| Дополнительная   | Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст]: учебник для вузов / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин; под ред.: Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - 4-е изд., стер. - М.: Академия. | 2010        | У           | Л,ПЗ        | 81                       | 106   | 100                                       | Научная библиотека филиала |  |

|  |   |      |    |      |    |     |     |                            |  |
|--|---|------|----|------|----|-----|-----|----------------------------|--|
|  | Баскетбол. Теория и методика обучения [Текст]: учебное пособие для вузов / Д. И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - М.: Академия.  | 2010 | УП | Л,ПЗ | 59 | 106 | 100 | Научная библиотека филиала |  |
|  | Фёдорова Т.Н., Злыгостев О.В. Физическая культура. Методические указания к организации самостоятельной работы студентов всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения. – Тюмень: ТюмГНГУ, 2014. 28 с. | 2014 | МУ | Л,ПЗ | 84 | 106 | 100 | Научная библиотека филиала |  |

Зав.кафедрой



С.А.Татьяненко

«10» сентября 2016 г.

## 7.2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. [fizkultura.ru](http://fizkultura.ru)
2. [kfis.spb.ru](http://kfis.spb.ru)
3. [minsport.midural.ru](http://minsport.midural.ru)
4. [tyumen.er.ru](http://tyumen.er.ru)
5. [gto-normy.ru](http://gto-normy.ru)
6. [gto-normativy.ru/oficialnye-...](http://gto-normativy.ru/oficialnye-...)
7. [gto.ru](http://gto.ru)
8. <http://educon.tsogu.ru:8081/login/index.php> - Система поддержки дистанционного обучения
9. <http://www.i-exam.ru/> - Интернет тестирование в сфере образования
10. [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru) - ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»

## 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

| Наименование   | Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины  |
|--|--|
| Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации | Мультимедийная аудитория: кабинет № 411. Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Оборудование:<br>-ноутбук - 1 шт.;<br>-компьютерная мышь - 1 шт.;<br>-проектор - 1 шт.;<br>-экран настенный - 1 шт.;<br>-плазменная панель - 1 шт.<br>Комплект учебно-наглядных пособий Программное обеспечение:<br>-Microsoft Office Professional Plus;<br>-Microsoft Windows.  |
| Универсальный спортивный зал   | Кабинет 19<br>Оборудование:<br>Гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт.,<br>- стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт.;<br>- теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт.;<br>антенна и сетка волейбольные – 1 шт.,<br>- мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт.,<br>- мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт.,<br>- мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт.,<br>- тренажер спортивный – 3 шт.,<br>- комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт.,<br>- шахматы обиходные (дерево) – 4 шт. |

| Наименование   | Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины  |
|--|--|
| Кабинет для текущего контроля и промежуточной аттестации кабинет электронного тестирования   | <p>Компьютерный класс: кабинет 323</p> <p>Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и наличием доступа в электронную информационно-образовательную среду организации</p> <p>Учебная мебель: столы, стулья. Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Компьютер в комплекте - 1 шт.</li> <li>-Моноблок - 15 шт.</li> <li>-Клавиатура - 15 шт.</li> <li>-Компьютерная мышь - 16 шт.</li> <li>-Проектор - 1 шт.</li> <li>-Экран настенный - 1 шт. Программное обеспечение:</li> <li>-Microsoft Office Professional</li> </ul>                                   |
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду   | <p>Кабинет № 220.</p> <p>Учебная мебель: столы, стулья. Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ноутбук – 5 шт.,</li> <li>-компьютерная мышь – 5 шт. Программное обеспечение:</li> <li>-Microsoft Office Professional Plus;</li> <li>-Microsoft Windows</li> </ul> <p>Кабинет № 208.</p> <p>Учебная мебель: столы, стулья. Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ноутбук– 5 шт.</li> <li>-компьютерная мышь – 5 шт. Программное обеспечение:</li> <li>-Microsoft Office Professional Plus;</li> <li>-Microsoft Windows.</li> </ul>                             |
| Кабинет, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и наличием доступа в электронную информационно-образовательную среду организации для обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья: | <p>Кабинет № 105.</p> <p>2 компьютерных рабочих места для инвалидов — колясочников</p> <p>Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-компьютер в комплекте - 2 шт.</li> <li>-интерактивный дисплей - 1 шт</li> <li>-веб-камера - 1 шт.</li> </ul> <p>Программное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Microsoft Office Professional Plus;</li> <li>-Microsoft Windows.</li> </ul>   |
| Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа (практические занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации   | <p>Мультимедийная аудитория: кабинет № 228. Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ноутбук – 1 шт.;</li> <li>-проектор – 1 шт.;</li> <li>-документ-камера – 1 шт.;</li> <li>-экран настенный – 1 шт.;</li> <li>-источник бесперебойного питания – 1 шт.;</li> <li>-компьютерная мышь – 1 шт.;</li> <li>-звуковые колонки – 2 шт.</li> </ul> <p>Комплект учебно-наглядных пособий Программное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Microsoft Office Professional Plus;</li> <li>-Microsoft Windows</li> </ul> |



**Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2017/18 учебный год**

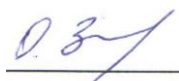
Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.9.1).

2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.9.2)  
Материально-техническое обеспечение (п.10) – не обновляется.

Дополнения и изменения внес:

Доцент кафедры ЕНГД



О.В Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.

Протокол № 1 от «30» августа 2017г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко

## 9.1 КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина: Адаптивная физическая культура  
 Кафедра: Естественнонаучных и гуманитарных дисциплин  
 Код, направление подготовки: 18.03.01 Химическая технология

Форма обучения: очная/ заочная  
 курс1-3/2, семестр 1-5/3

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство   | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся учебной литературой, % | Место хранения  | Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ |
|--|--|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|---|--|
| Основная   | Верховцев К. Н. Структура физкультурно-спортивных потребностей городского населения: учебное пособие / К. Н. Верховцев. Тюмень: ТюмГНГУ. - Режим доступа: <a href="http://elib.tsogu.ru/">http://elib.tsogu.ru/</a>  | 2011        | УП          | Л, ПЗ       | 54                       | 54  | 100   | БИК<br><a href="http://elib.tsogu.ru/">http://elib.tsogu.ru/</a>  |  |
|  | Драгич, О.А. Физическая культура. [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / О.А. Драгич, А.Л. Плосков, О.М. Трушик. — Электрон. дан. — Тюмень : ТюмГНГУ, 2012  | 2012        | УМП         | Л,ПЗ        | 54                       | 54  | 100   | БИК<br><a href="http://e.lanbook.com/book/46818">http://e.lanbook.com/book/46818</a> —<br>Загл. с экрана. |  |
| Дополнительная   | Физическая культура и спорт: методические указания по освоению дисциплины «Физическая культура и спорт» для обучающихся технических направлений подготовки всех форм обучения / сост. О.В. Злыгостев; Тюменский индустриальный университет. – Тюмень: Издательский центр БИК, ТИУ, 2017. – 16 с. | 2017        | МУ          | Л,ПЗ        | 54                       | 54  | 100   | Научная библиотека филиала  |  |
|  | Голощавов, Б. Р. История физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / Б. Р. Голощавов. - 10-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 320 с   | 2013        | У           | Л,ПЗ        | 30                       | 54  | 100   | Библиотека  |  |

|  |   |      |     |   |    |    |     |                            |  |
|--|---|------|-----|---|----|----|-----|----------------------------|--|
|  | Злыгостев О.В. Культура здоровья и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / О.В. Злыгостев, С.А. Татьяна-ненко. – Тюмень, ТИУ. – 64 с. | 2017 | УМП | Л | 54 | 54 | 100 | Научная библиотека филиала |  |
|--|---|------|-----|---|----|----|-----|----------------------------|--|

Зав. кафедрой



С.А. Татьяненко

«30» 08. 2017 г.

## 9.2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. [fizkultura.ru](http://fizkultura.ru)
2. [kfis.spb.ru](http://kfis.spb.ru)
3. [minsport.midural.ru](http://minsport.midural.ru)
4. [tyumen.er.ru](http://tyumen.er.ru)
5. [gto-normy.ru](http://gto-normy.ru)
6. [gto-normativy.ru/oficialnye-...](http://gto-normativy.ru/oficialnye-...)
7. [gto.ru](http://gto.ru)

**Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2018/19 учебный год**

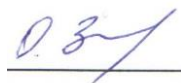
1. На титульном листе и по тексту рабочей программы учебной дисциплины слова «МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» заменить словами «МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ».

2. Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.9.1).

2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.9.2)  
Материально-техническое обеспечение (п.10) – не обновляется.

Дополнения и изменения внес:  
Доцент кафедры ЕНГД



О.В Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.

Протокол № 1 от «31» августа 2018г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко

## 9.1 КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина: Адаптивная физическая культура  
 Кафедра: Естественнонаучных и гуманитарных дисциплин  
 Код, направление подготовки: 18.03.01 Химическая технология

Форма обучения: очная/ заочная  
 курс 1/1, семестр 1,2/2

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство   | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся изучающейся литературой, % | Место хранения   | Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ |
|--|--|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|--|--|
| Основная   | Лечебная физическая культура [Текст]: учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С. Н. Попова. - 10-е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2014. - 416 с.                  | 2014        | У           | Л,ПЗ        | 32                       | 53  | 100   | Библиотека   | -  |
|  | Голощاپов, Б. Р. История физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / Б. Р. Голощاپов. - 10-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 320 с | 2013        | У           | Л,ПЗ        | 41                       | 53  | 100   | Библиотека   | -  |
|  | Драгич, О.А. Физическая культура. [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / О.А. Драгич, А.Л. Плосков, О.М. Трушик. — Электрон. дан. — Тюмень : ТюмГНГУ, 2012  | 2012        | УМП         | Л,ПЗ        | 19                       | 19  | 100   | БИК<br><a href="http://e.lanbook.com/book/46818">http://e.lanbook.com/book/46818</a> — Загл. с экрана. | +  |
| Дополнительная   | Злыгостев О.В. Культура здоровья и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / О.В. Злыгостев, С.А. Татьяненко. – Тюмень, ТИУ. – 64 с.   | 2017        | УМП         | Л           | 19                       | 19  | 100   | Научная библиотека филиала   | +  |

Зав. кафедрой



С.А. Татьяненко

«30» 08. 2017 г.

## **9.2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

1. <http://educon.tsogu.ru:8081/login/index.php> - Система поддержки дистанционного обучения
2. [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru) - ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»

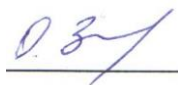
Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2019-2020 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

- 1) карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.9.1);
- 2) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.9.2);

Материально-техническое обеспечение (п.10) – не обновляется.

Дополнения и изменения внес:  
доцент кафедры ЕНГД, кан.пед.наук .



О.В Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.

Протокол № 1 от «27» августа 2019г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко



## 9.1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура»  
Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

Форма обучения: очная/заочная  
курс: 1/2  
семестр: 1-5/3

Код, направление подготовки 18.03.01 «Химическая технология»

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство   | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся литературой, % | Место хранения | Электронный вариант |
|--|--|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|----------------|---------------------|
| Основная   | Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для бакалавриата и специалитета / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-09116-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/431427">https://www.biblio-online.ru/bcode/431427</a> (дата обращения: 27.08.2019).  | 2019        | УП          | Л           | ЭР                       | 52  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |
|  | Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эмерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019; Омск: Изд-во ОмГТУ. — 110 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-11767-7 (Издательство Юрайт). — ISBN 978 5 8149 25 47 3 (Изд-во ОмГТУ). — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/446107">https://www.biblio-online.ru/bcode/446107</a> (дата обращения: 27.08.2019). | 2019        | УП          | Л           | ЭР                       | 52  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |
|  | Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 160 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/430716">https://www.biblio-online.ru/bcode/430716</a> (дата обращения: 27.08.2019).   | 2019        | УП          | Л           | ЭР                       | 52  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство   | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся литературой, % | Место хранения | Электронный вариант |
|--|--|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|----------------|---------------------|
| Дополнительная   | Злыгостев О.В. Культура здоровья и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / О.В. Злыгостев, С.А. Татьяненко. – Тюмень, ТИУ. – 64 с. | 2017        | УМП         | Л           | 19                       | 19  | 100                                       | Фонд БИК       | +                   |

Зав. кафедрой

С.А.Татьяненко

«27» августа 2019 г.

## 9.2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. [gto-normativy.ru/oficialnye-...](http://gto-normativy.ru/oficialnye-...)
2. [gto.ru](http://gto.ru)
3. <http://educon2.tsogu.ru:8081/login/index.php> - Система поддержки дистанционного обучения
4. <http://www.i-exam.ru/> - Интернет тестирование в сфере образования
5. [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)» - ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»

Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2019-2020 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

- 1) перечень тем для самостоятельной работы (п.6.);
- 2) оценка результатов освоения учебной дисциплины (п.8.);
- 3) обновления вносятся в методы преподавания, в связи с переходом на обучение в электронной информационно-образовательной среде. Основной упор делается на самостоятельную работу обучающихся (работа в электронной системе поддержки учебного процесса Educon), корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами по электронной почте), лекции off line, метод проектов.

### 6. Перечень самостоятельной работы

| №<br>Раздела<br>и темы дисцип. | Наименование самостоятельной работы   | Трудоем-<br>кость<br>(ак.ч.) | Оценоч-<br>ные<br>средства     | Формируемые<br>компетенции |
|--------------------------------|---|------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| 1,2                            | Отличительная особенность содержания занятий общей физической подготовкой, направленность занятий на укрепление здоровья.   | 4/35                         | Реферат,<br>итоговая<br>работа | ОК-8                       |
|                                | Основные мероприятия по оказанию первой помощи при травмах во время занятий физической культурой и спортом.   | 4/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Формы физической культуры, используемые в организации культурного досуга и здорового образа жизни (туризм, его виды и разновидности, занятия в спортивных секциях и группах общей физической подготовки, самостоятельные занятия физическими упражнениями). | 4/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Методы регулирования психо-эмоционального состояния, применяемые на занятиях по физической культуре и спорту.   | 4/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера работы.   | 4/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.   | 4/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Социальные функции физической культуры и спорта.  | 2/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студента.   | 3/35                         |                                | ОК-8                       |
|                                | Классификация основных физических качеств.  | 2/38                         |                                |                            |

## 8. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

### 8.1. Распределение баллов по дисциплине для обучающихся очной формы

Таблица 1

#### 4 семестр

|  |  |  |              |
|--|--|--|--------------|
| 1 срок представления результатов текущего контроля | 2 срок представления результатов текущего контроля | 3 срок представления результатов текущего контроля | Всего        |
| <b>0-25</b>  | <b>0-30</b>  | <b>0-45</b>  | <b>0-100</b> |

Таблица 2

| №  | Виды контрольных мероприятий                                      | Баллы        | № недели |
|----|---|--------------|----------|
| 1. | Презентация оздоровительной методики.                             | 0-15         | 3,5      |
| 2. | Активность на занятиях, правильность выполнения упражнения и т.д. | 0-10         | 1-8      |
|    | <b>ИТОГО</b>  | <b>0-25</b>  |          |
| 3. | Реферат   | 0-30         | 9-12     |
|    | <b>ИТОГО</b>  | <b>0-30</b>  |          |
| 4. | Итоговое задание для промежуточной аттестации                     | 0-45         | 13/18    |
|    | <b>ИТОГО</b>  | <b>0-45</b>  |          |
|    | <b>ВСЕГО</b>  | <b>0-100</b> |          |

Дополнения и изменения внес:  
канд. пед. наук, доцент



Злыгостев О.В.

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.  
Протокол № 10 от «19» марта 2020 г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А. Татьянаенко

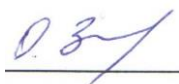
Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2020-2021 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1. Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.10.1).
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.10.2).
3. В случае организации учебной деятельности в электронной информационно-образовательной среде университета в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) обновления вносятся в методы преподавания: корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами в электронной системе поддержки учебного процесса Educon и по электронной почте). Учебные занятия (лекции, практические занятия, лабораторные работы) проводятся в режиме on-line (на платформе ZOOM и др.). Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в электронной системе поддержки учебного процесса Educon;

Материально-техническое обеспечение (п.11) – обновления не вносятся.

Дополнения и изменения внес:  
канд. пед. наук, доцент



О.В.Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.

Протокол № 14 от «17» июня 2020 г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко

## 10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 10.1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура»  
Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

Форма обучения: очная/заочная  
курс: 1-3/ 2  
семестр: 1-5/3

Код, направление подготовки 18.03.01 Химическая технология

#### Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой

| Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе | Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство  | Год издания | Вид издания | Вид занятий | Кол-во экземпляров в БИК | Контингент обучающихся, использующих указанную литературу | Обеспеченность обучающихся литературой, % | Место хранения | Электронный вариант |
|--|---|-------------|-------------|-------------|--------------------------|---|---|----------------|---------------------|
| 1  | 2   | 3           | 4           | 5           | 6                        | 7   | 8   | 9              | 10                  |
| Основная   | Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/454085">https://urait.ru/bcode/454085</a> (дата обращения: 31.08.2020).  | 2020        | У, П        | Л, ПР       | ЭР                       | 20  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |
|  | Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/453942">https://urait.ru/bcode/453942</a> (дата обращения: 31.08.2020).                            | 2020        | УП          | ПР          | ЭР                       | 20  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |
|  | Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/453843">http://www.biblio-online.ru/bcode/453843</a> (дата обращения: 17.06.2020). | 2020        | У           | Л           | ЭР                       | 20  | 100                                       | БИК            | ЭБС Юрайт           |

Зав. кафедрой



С.А.Татьяненко

«17» июня 2020 г.

## **10.2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

Полнотекстовая база данных ФГБОУ ВО ТИУ, ФГБОУ ВО ТИУ, БИК <http://elib.tyuiu.ru>

ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ», <https://urait.ru>

ЭБС ООО «Издательство ЛАНЬ» <http://e.lanbook.com>

ЭБС IPR BOOKS <http://www.iprbookshop.ru>

ЭБС «Консультант студента» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)

Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU <http://www.elibrary.ru>



## Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина: Адаптивная физическая культура

Направление подготовки: 18.03.01 Химическая технология

Профиль: Химическая технология органических веществ

| Код компетенции   | Код и наименование результата обучения по дисциплине  | Критерии оценивания результатов обучения  |   |  |   |
|---|---|---|---|--|---|
|   |   | 1-2   | 3   | 4  | 5   |
| 1   | 3   | 4   | 5   | 6  | 7   |
| <b>ОК-8</b><br>способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>Знать (З 1)</b><br>назначение, функции и цель адаптивной физической культуры в формировании физической культуры личности и формировании собственного здоровья          | Не знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий.   | знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий.  | знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий. | в совершенстве знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий. |
|   | <b>Уметь (У 1)</b><br>правильно использовать средства адаптивной физической культуры для развития сохраненных физических качеств и увеличения функциональных возможностей | Не умеет уверенно использовать средства прикладной физической подготовки для развития профессионально важных двигательных умений и навыков; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий.. | уверенно использовать средства прикладной физической подготовки для развития профессионально важных двигательных умений и навыков; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий. | знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий. | в совершенстве знает понятие прикладной физической подготовки (ПФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ПФП; границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий. |
|   | <b>Владеть (В 1)</b><br>техникой выполнения специальных упражнений, направленных на сохранение оптимального уровня здоровья   | Не уверенно владеет основами прикладной физической подготовки, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.  | уверенно владеет основами прикладной физической подготовки.   | владеет основами прикладной физической подготовки.   | хорошо владеет основами прикладной физической подготовки.   |