

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

Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

**УТВЕРЖДАЮ:**

Председатель СПН

 С.Н.Захаров

«29» 08. 2019 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплина: Адаптивная физическая культура

Направление: 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и оборудования

Профиль: Сервис транспортных и транспортно-технологических машин и оборудования  
(нефтегазодобыча)

Квалификация: прикладной бакалавр

Форма обучения: очная/заочная

Курс: 1-3/2

Семестр: 1-5/3

Контактная работа 289/10 ак.ч., в т.ч.:

практические занятия – 289/10 ак.ч.

Самостоятельная работа – 39/ 314 ак.ч., в т.ч:

Контроль--/4 ак.ч

Вид промежуточной аттестации:

зачет – 1-5 /3 семестр

Общая трудоемкость 328/328 ак.ч.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и оборудования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 года № 1470.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Заведующий кафедрой естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

С.А. Татьяненко

СОГЛАСОВАНО:

Зав. выпускающей кафедрой  
27.08.2019 г.

С.Н.Захаров

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	<b>ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ</b>	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.



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	Из них в интерактивной форме
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Заболевания и поражения опорно-двигательного аппарата</b>								
1	Здоровый образ жизни	-	30/4	-	-	10/194	40/198	30/4
2	Общеразвивающие упражнения (комплексы)	-	182/4	-	-	4/20	186/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	18/0	-	-	4/20	22/20	18/0
4	Волейбол	-	28/0	-	-	8/40	36/40	28/0
5	Фитнес и аэробика	-	15/0	-	-	3/20	22/20	19/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	6/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>289/10</b>	-	-	<b>39/314</b>	<b>328/328</b>	<b>289/10</b>
<b>Заболевания и патология кардиореспираторной системы</b>								
1	Здоровый образ жизни	-	30/4	-	-	10/194	40/198	30/4
2	Общеразвивающие упражнения (комплексы)	-	182/4	-	-	4/20	186/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	18/0	-	-	4/20	22/20	18/0
4	Волейбол	-	28/0	-	-	8/40	36/40	28/0
5	Фитнес и аэробика	-	15/0	-	-	3/20	22/20	19/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	6/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>289/10</b>	-	-	<b>39/314</b>	<b>328/328</b>	<b>289/10</b>
<b>Заболевания и патология желудочно-кишечного тракта</b>								
1	Здоровый образ жизни	-	30/4	-	-	10/194	40/198	30/4
2	Общеразвивающие упражнения (комплексы)	-	182/4	-	-	4/20	186/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	18/0	-	-	4/20	22/20	18/0
4	Волейбол	-	28/0	-	-	8/40	36/40	28/0
5	Фитнес и аэробика	-	15/0	-	-	3/20	22/20	19/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	6/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>289/10</b>	-	-	<b>39/314</b>	<b>328/328</b>	<b>289/10</b>
<b>Заболевания и патология выделительной системы</b>								
1	Здоровый образ жизни	-	30/4	-	-	10/194	40/198	30/4
2	Общеразвивающие упражнения (комплексы)	-	182/4	-	-	4/20	186/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	18/0	-	-	4/20	22/20	18/0
4	Волейбол	-	28/0	-	-	8/40	36/40	28/0
5	Фитнес и аэробика	-	15/0	-	-	3/20	22/20	19/0

6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	6/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>289/10</b>	-	-	<b>39/314</b>	<b>328/328</b>	<b>289/10</b>
<b>Заболевания органов чувств и нарушения обмена веществ</b>								
1	Здоровый образ жизни	-	30/4	-	-	10/194	40/198	30/4
2	Общеразвивающие упражнения (комплексы)	-	182/4	-	-	4/20	186/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	18/0	-	-	4/20	22/20	18/0
4	Волейбол	-	28/0	-	-	8/40	36/40	28/0
5	Фитнес и аэробика	-	15/0	-	-	3/20	22/20	19/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	6/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>289/10</b>	-	-	<b>39/314</b>	<b>328/328</b>	<b>289/10</b>

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

№ п/п	№ темы	Темы практических работ	Трудоемкость (часы)					Формируемая компетенция	Методы преподавания	
			Заболевания и патология систем организма (нозологические группы):							
			Опорно-двигательная системы	Кардио-респираторная система	Пищеварительная система	Выделительная система	Эндокринная системы и органы чувств			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b>1 СЕМЕСТР</b>										
1	<b>Здоровый образ жизни</b>		6/0	6/0	6/0	6/0	6/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Биологически активные точки, самомассаж								
	2	Пальминг								
	3	Глазодвигательная гимнастика								
2	<b>Общеразвивающие упражнения (комплексы)</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Комплекс упражнений без предметов								
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		5/0	20/0	22/0	28/0	18/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника спортивной ходьбы, бега.								
	2	Бег по укороченной дистанции. Развитие скоростных способностей.								
4	<b>Волейбол</b>		45/0	16/0	22/0	14/0	24/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника перемещений в волейболе								
	2	Техника передачи волейбольного мяча								
5	<b>Фитнес и аэробика</b>		4/0	18/0	10/0	12/0	12/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника танцевальных движений								
6	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Координация движений рук и точность линейного глазомера								
<b>ИТОГО:</b>			<b>68/0</b>	<b>68/0</b>	<b>68/0</b>	<b>68/0</b>	<b>68/0</b>			

№ п/п	№ темы	Темы семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоемкость (часы)					Формируемая компетенция	Методы преподавания	
			Заболевания и патология систем организма (нозологические группы):							
			Опорно-двигательная системы	Кардио-респираторная система	Пищеварительная система	Выделительная система	Эндокринная системы и органы чувств			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b>2 СЕМЕСТР</b>										

1	<b>Здоровый образ жизни</b>		6/0	6/0	6/0	6/0	6/0	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах
	1	Биологически активные точки, самомассаж.							
	2	Пальминг							
	3	Глазодвигательная гимнастика							
4	Диафрагмальное дыхание								
2	<b>Общеразвивающие упражнения (комплексы)</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	3	Комплекс упражнений с палками							
	4	Комплекс упражнений с гантелями							
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		8/0	20/0	20/0	30/0	20/0		
	1	Техника спортивной ходьбы, бега.							
	2	Бег по укороченной дистанции. Развитие скоростных способностей.							
	3	Оздоровительный бег. Развитие выносливости.							
4	<b>Волейбол</b>		45/0	20/0	22/0	14/0	24/0		
	1	Техника перемещений в волейболе							
	2	Техника передачи волейбольного мяча							
	3	Техника подачи и приема мяча с подачи							
5	<b>Фитнес и аэробика</b>		5/0	18/0	16/0	14/0	14/0		
	1	Техника танцевальных движений							
	2	Техника танцевальных движений в различных стилях и направлениях							
6	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	3	Статическая выносливость «позных» мышц							
	4	Мышечная сила							
<b>ИТОГО:</b>			<b>72/0</b>	<b>72/0</b>	<b>72/0</b>	<b>72/0</b>	<b>72/0</b>		

№ п/п	№ темы	Темы семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоемкость (часы)					Формируемая компетенция	Методы преподавания
			Заболевания и патология систем организма (нозологические группы):						
			Опорно-двигательная система	Кардио-респираторная система	Пищеварительная система	Выделительная система	Эндокринная системы и органы чувств		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>3 СЕМЕСТР</b>									
1	<b>Здоровый образ жизни</b>		6/6	6/6	6/6	6/6	6/6	ОК-8	Практические занятия  Работа в малых группах
	1	Биологически активные точки, самомассаж.							
	2	Пальминг							
	3	Глазодвигательная гимнастика							
4	Диафрагмальное дыхание								
2	<b>Общеразвивающие упражнения (комплексы)</b>		4/4	4/4	4/4	4/4	4/4		
	5	Комплекс упражнений у гимнастической стенки							
	6	Комплекс упражнений на фитбол-мячах							
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		44/0	16/0	26/0	14/0	24/0		
	3	Оздоровительный бег. Развитие выносливости.							
	4	Прыжок в длину с места.							
	5	Эстафетный бег по укороченным отрезкам							



4	<b>Волейбол</b>		6/0	20/0	16/0	28/0	18/0		
	1	Техника перемещений в волейболе							
	2	Техника передачи волейбольного мяча							
5	3	Техника подачи и приема мяча с подачи	4/0	18/0	12/0	12/0	12/0		
	4	Техника подачи и приема мяча с подачи							
6	<b>Фитнес и аэробика</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	3	Техника спортивной аэробики							
	4	Построение танцевальной композиции							
	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	3	Статическая выносливость «позных» мышц							
	4	Мышечная сила							
<b>ИТОГО:</b>			<b>68/10</b>	<b>68/10</b>	<b>68/10</b>	<b>68/10</b>	<b>68/10</b>		

№ п/п	№ темы	Темы семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоемкость (часы)					Формируемая компетенция	Методы преподавания
			Заболевания и патология систем организма (нозологические группы):						
			Опорно-двигательная системы	Кардио-респираторная система	Пищеварительная система	Выделительная система	Эндокринная системы и органы чувств		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>4 СЕМЕСТР</b>									
1	<b>Здоровый образ жизни</b>		6/0	6/0	6/0	6/0	6/0	ОК-8	Практические занятия Работа в малых группах
	1	Биологически активные точки, самомассаж.							
	2	Пальминг							
	3	Глазодвигательная гимнастика							
2	4	Диафрагмальное дыхание	4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	<b>Общеразвивающие упражнения (комплексы)</b>								
	1	Комплекс упражнений без предметов							
3	2	Комплекс упражнений с мячами	31/0	16/0	16/0	10/0	16/0		
	3	Комплекс упражнений с палками							
	<b>Лёгкая атлетика</b>								
	3	Оздоровительный бег. Развитие выносливости.							
4	4	Прыжок в длину с места.	6/0	16/0	16/0	20/0	16/0		
	5	Эстафетный бег по укороченным отрезкам							
	6	Инструкторская и судейская практика							
7	<b>Волейбол</b>		3/0	8/0	8/0	10/0	8/0		
	2	Техника передачи волейбольного мяча							
8	3	Техника подачи и приема мяча с подачи	4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	<b>Фитнес и аэробика</b>								
	3	Техника спортивной аэробики	4/0	4/0	4/0	4/0	4/0		
	4	Построение танцевальной композиции							
	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>								



## 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	10/214	Тестирование физической подготовленности / Реферат	ОК 8
3	Легкая атлетика	8/40		
4	Волейбол	12/20		
7	Фитнес и аэробика	3/20		
8	Профессионально-прикладная физическая подготовка	2/20		
<b>Зачет:</b>		<b>0/4</b>		
<b>ИТОГО:</b>		<b>39/314</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>

## , 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 : 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и оборудования

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»

## 11. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
<p>Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Мультимедийная аудитория: кабинет № 411. Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ноутбук - 1 шт.;</li> <li>-компьютерная мышь - 1 шт.;</li> <li>-проектор - 1 шт.;</li> <li>-экран настенный - 1 шт.;</li> <li>-плазменная панель - 1 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>
<p>Универсальный спортивный зал</p>	<p>Кабинет 19 Оборудование:</p> <p>Гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт.,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт.;</li> <li>- теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт.;</li> <li>антенна и сетка волейбольные – 1 шт.,</li> <li>- мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт.,</li> <li>- мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт.,</li> <li>- мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт.,</li> <li>- тренажер спортивный – 3 шт.,</li> <li>- комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт.,</li> <li>- шахматы обиходные (дерево) – 4 шт.</li> </ul>
<p>Кабинет для текущего контроля и промежуточной аттестации кабинет электронного тестирования</p>	<p>Компьютерный класс: кабинет 323 Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и наличием доступа в электронную информационно-образовательную среду организации 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>

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
<p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду</p>	<p>Кабинет № 220. Учебная мебель: столы, стулья. Оборудование: -ноутбук – 5 шт., -компьютерная мышь – 5 шт. Программное обеспечение: -Microsoft Office Professional Plus; -Microsoft Windows</p> <p>Кабинет № 208. Учебная мебель: столы, стулья. Оборудование: -ноутбук – 5 шт. -компьютерная мышь – 5 шт. Программное обеспечение: -Microsoft Office Professional Plus; -Microsoft Windows.</p>
<p>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>	<p>Кабинет № 105. 2 компьютерных рабочих места для инвалидов — колясочников Оборудование: -компьютер в комплекте - 2 шт. -интерактивный дисплей - 1 шт -веб-камера - 1 шт. Программное обеспечение: -Microsoft Office Professional Plus; -Microsoft Windows.</p>
<p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа (практические занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Мультимедийная аудитория: кабинет № 228. Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Оборудование: -ноутбук – 1 шт.; -проектор – 1 шт.; -документ-камера – 1 шт.; -экран настенный – 1 шт.; -источник бесперебойного питания – 1 шт.; -компьютерная мышь – 1 шт.; -звуковые колонки – 2 шт. Комплект учебно-наглядных пособий Программное обеспечение: -Microsoft Office Professional Plus; -Microsoft Windows</p>



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.7.);
- 2) оценка результатов освоения учебной дисциплины (п.9.);
- 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), метод проектов.

**Перечень тем для самостоятельной работы**

№ п\п	№ Раздела и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудо-емкость (ак.ч)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	1,2	Отличительная особенность содержания занятий общей физической подготовкой, направленность занятий на укрепление здоровья.	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
2		Основные мероприятия по оказанию первой помощи при травмах во время занятий физической культурой и спортом.	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
3		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).	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
4		Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые на занятиях по физической культуре и спорту.	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
5		Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера работы.	41	Реферат, итоговая работа	,ОК-8
6		Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
7		Социальные функции физической культуры и спорта.	41	Реферат, итоговая работа	ОК-8
8		Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития обучающегося .	44	Реферат, итоговая работа	ОК-8

№ п/п	№ Раздела и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудо-емкость (ак.ч)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
9		Классификация основных физических качеств.	44	Реферат, итоговая работа	ОК-8
Итого			314		

## 9. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

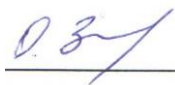
### 9.1. Оценка результатов освоения учебной дисциплины обучающегося заочной формы обучения

3 семестр

Таблица 1

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы
1	Реферат	0-30
2	Итоговое задание для промежуточной аттестации.	0-70
<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

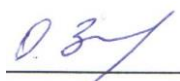
Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2020-2021 учебный год

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 Eduson 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 Eduson;

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 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и оборудования

#### 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: 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и оборудования

Профиль: Сервис транспортных и транспортно-технологических машин и оборудования (нефтегазодобыча)

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> способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Знать (З 1)</b> способы обретения знаний в области физической культуры и спорта	Не знает способы обретения знаний в области физической культуры и спорта	знает способы обретения знаний в области физической культуры и спорта	знает способы обретения знаний в области физической культуры и спорта	в совершенстве знает способы обретения знаний в области физической культуры и спорта
	<b>Уметь (У 1)</b> применять средства для дальнейшего совершенствования физических способностей необходимых в профессиональной деятельности	Не уверенно применять средства для дальнейшего совершенствования физических способностей необходимых в профессиональной деятельности	уверенно применять средства для дальнейшего совершенствования физических способностей необходимых в профессиональной деятельности	Применяет средства для дальнейшего совершенствования физических способностей необходимых в профессиональной деятельности	в совершенстве применять средства для дальнейшего совершенствования физических способностей необходимых в профессиональной деятельности
	<b>Владеть (В 1)</b> Техникой выполнения специальных упражнений, направленных на сохранение оптимального уровня здоровья	Не уверенно владеет методикой восстановления работоспособности, снятия переутомления после физических и умственных нагрузок	уверенно владеет методикой восстановления работоспособности, снятия переутомления после физических и умственных нагрузок	Хорошо использует средства адаптивной физической культуры для развития сохраненных физических качеств и увеличения функциональных возможностей	в совершенстве использует средства адаптивной физической культуры для развития сохраненных физических качеств и увеличения функциональных возможностей

**Дополнения и изменения  
к рабочей программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2022-2023 учебный год**

Дополнения и изменения в рабочую программу не вносятся (дисциплина в 2022-2023 учебном году не изучается).

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



О.В. Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин.

Заведующий кафедрой



С. А. Татьянаенко

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий выпускающей кафедрой



С. А. Татьянаенко

«29» августа 2022 г.