

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Липецкий государственный педагогический университет
имени П.П. Семенова–Тян–Шанского»**

Образовательная программа

Направление: 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения

Специализация: Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы риска

Квалификация: Социальный педагог

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки:

2017 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Адаптивная физическая культура

1. Цель освоения дисциплины

Формирование у студентов знаний об особенностях и содержании процесса физической культуры и приобретение практических умений по организации процесса адаптивного физического воспитания лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

2. Место дисциплины в структуре ОП специалитета

Дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к вариативной части программы.

3. Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины

В результате освоения ОП специалитета обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Коды компетенций	Результаты освоения ООП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-9	способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Знать: методы и средства физической культуры, способствующие физическому развитию и здоровой жизнедеятельности. Уметь: применять средства физической культуры для поддержания оптимального уровня жизнедеятельности. Владеть: средствами и методами физической культуры, повышающие уровень физической активности и полноценную деятельность.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет зачетные единицы (328 часа).

5. Семестры:

Семестр	Трудоёмкость										Контроль			
	Зачетных единиц	Часов всего	Контактная работа	Лекции	Практические занятия и семинары	Лабораторные занятия	консультации	Контрольные работы	Курсовые работы	Практика	Самостоятельная работа	зачет	дифференцированный зачет	экзамен
1		70	70	2	68									
2		78	78	2	74						2			
3		66	66	2	64									
4		78	78	2	74						2			
5		36	36	2	32						2			

6. Основные разделы дисциплины:

1. Основы адаптивной физической культуры
2. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)
3. Элементы различных видов спорта (легкая атлетика, спортивные игры)
4. Подвижные игры и эстафеты
5. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК
6. 2 семестр
7. Основы здорового образа жизни
8. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)
9. Элементы различных видов спорта (легкая атлетика, Спортивные игры)
10. Подвижные игры и эстафеты
11. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК
12. 3 семестр
13. Традиционные и нетрадиционные оздоровительные технологии физкультурно-спортивной деятельности
14. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)
15. Элементы различных видов спорта (легкая атлетика, Спортивные игры)
16. Подвижные игры и эстафеты
17. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК
18. 4 семестр
19. Методика составления режима питания при выполнении физических упражнений
20. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)
21. Элементы различных видов спорта (легкая атлетика, Спортивные игры)
22. Подвижные игры и эстафеты
23. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК
24. 5 семестр
25. Физическая культура в системе общечеловеческих ценностей и профессиональной подготовки студентов
26. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)
27. Элементы различных видов спорта (легкая атлетика, Спортивные игры)
28. Подвижные игры и эстафеты
29. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК

7. Автор: Мищенко Ирина Александровна, доцент, к.б.н
Волынская Елена Владимировна, доцент, к.п.н.