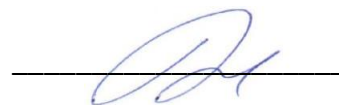


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(ВятГУ)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Ковязина Г. В.



Номер регистрации  
РПД\_3-49.03.02.51\_2020\_111827  
Актуализировано: 27.04.2021

**Рабочая программа дисциплины**  
**Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной**  
**физической культуре**

| наименование дисциплины  |  |
|--------------------------|--|
| Квалификация выпускника  | Бакалавр   |
| Направление подготовки   | 49.03.02<br>шифр   |
|                          | Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) |
|                          | наименование   |
| Направленность (профиль) | 3-49.03.02.51<br>шифр  |
|                          | Инструктор-методист по адаптивной физической культуре  |
|                          | наименование   |
| Формы обучения           | Заочная, Очная   |
|                          | наименование   |
| Кафедра-разработчик      | Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ)                              |
|                          | наименование   |
| Выпускающая кафедра      | Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ)                              |
|                          | наименование   |

Киров, 2020 г.

## Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Овсянникова Елена Юрьевна

---

ФИО

Попереков Владислав Сергеевич

---

ФИО

Багина Инна Сергеевна

---

ФИО

## Цели и задачи дисциплины

|                   |   |
|-------------------|---|
| Цель дисциплины   | Целями освоения учебной дисциплины являются освоение теоретических знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности, приобретение умений и применять их на практике, а также формирование общекультурных, профессиональных компетен   |
| Задачи дисциплины | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение основ знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>2. Формирование практических умений и навыков выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>3. Освоение методических умений и навыков проведения занятий по различным видам адаптивной физической культуры с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности применительно к инвалидам и лицам с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп.</li> <li>4. Формирование самостоятельности и творческого подхода при использовании различных технологий физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ol> |

### Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

#### Компетенция ПК-1

Способен осуществлять руководство методическим обеспечением организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп

| Знает  | Умеет   | Владеет   |
|--|---|---|
| Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп | Навыками руководства по разработке методической документации и обеспечения организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья всех возрастных групп;<br>Навыками руководства по разработке методической документации и обеспечения организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья всех нозологических групп | Осуществлять методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп |

**Компетенция ПК-2**

| Способен осуществлять руководство методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта |   |  |
|--|---|--|
| Знает  | Умеет   | Владеет  |
| Современные технологии обучения в области адаптивной физической культуры и спорта  | Использовать современные педагогические технологии обучения в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп | Навыками осуществления руководства методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации; Навыками методического сопровождения организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта |

**Компетенция ПК-3**

| Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования  |  |   |
|--|--|---|
| Знает  | Умеет  | Владеет   |
| Методическое обеспечение образовательного, воспитательного процессов в образовательных организациях;<br>Методическое обеспечение образовательного, воспитательного процессов в организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры, включая современные методы;<br>Методическое обеспечение образовательного, воспитательного процессов в организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры, включая | осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в области адаптивной физической культуры в образовательных организациях дошкольного образования; осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в области адаптивной физической культуры в образовательных организациях начального общего образования; осуществлять | навыками педагогической деятельности по проектированию и реализации образовательного процесса в области адаптивной физической культуры в образовательных организациях дошкольного образования; навыками педагогической деятельности по проектированию и реализации образовательного процесса в области адаптивной физической культуры в образовательных организациях начального общего образования; навыками педагогической деятельности по |

|                          |  |   |
|--------------------------|--|---|
| инновационные технологии | педагогическую деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса по АФК в образовательных организациях основного и среднего общего образования | проектированию и реализации образовательного процесса по АФК в образовательных организациях основного и среднего общего образования |
|--------------------------|--|---|

**Структура дисциплины**  
**Тематический план**

| № п/п | Наименование разделов дисциплины  | Шифр формируемых компетенций |
|-------|---|------------------------------|
| 1     | Основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте        | ПК-1, ПК-2, ПК-3             |
| 2     | Гимнастика для лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья  | ПК-1, ПК-2, ПК-3             |
| 3     | Плавание в адаптивной физической культуре   | ПК-2                         |
| 4     | Новые и профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в АФК | ПК-2                         |
| 5     | Подготовка и прохождение промежуточной аттестации   | ПК-1, ПК-2, ПК-3             |

**Формы промежуточной аттестации**

|                 |  |
|-----------------|--|
| Зачет           | 2, 3, 4, 5, 6 семестр (Очная форма обучения)<br>1, 2, 3, 4, 5 семестр (Заочная форма обучения) |
| Экзамен         | 7 семестр (Очная форма обучения)<br>5 семестр (Заочная форма обучения)                         |
| Курсовая работа | Не предусмотрена (Очная форма обучения)<br>Не предусмотрена (Заочная форма обучения)           |
| Курсовой проект | Не предусмотрена (Очная форма обучения)<br>Не предусмотрена (Заочная форма обучения)           |

### Трудоемкость дисциплины

| Форма обучения         | Курсы      | Семестры         | Общий объем (трудоемкость) |     | Контактная работа, час | в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час |        |                                   |                      | Самостоятельная работа, час | Курсовая работа (проект), семестр | Зачет, семестр | Экзамен, семестр |
|------------------------|------------|------------------|----------------------------|-----|------------------------|--|--------|-----------------------------------|----------------------|-----------------------------|-----------------------------------|----------------|------------------|
|                        |            |                  | Часов                      | ЗЕТ |                        | Всего  | Лекции | Семинарские, практические занятия | Лабораторные занятия |                             |                                   |                |                  |
| Очная форма обучения   | 1, 2, 3, 4 | 2, 3, 4, 5, 6, 7 | 648                        | 18  | 453                    | 322  | 98     | 224                               | 0                    | 195                         |                                   | 2, 3, 4, 5, 6  | 7                |
| Заочная форма обучения | 1, 2, 3    | 1, 2, 3, 4, 5    | 648                        | 18  | 47                     | 42   | 10     | 32                                | 0                    | 601                         |                                   | 1, 2, 3, 4, 5  | 5                |

## Содержание дисциплины

### Очная форма обучения

| Код занятия  | Наименование тем занятий  | Трудоемкость, академических часов |
|--|---|-----------------------------------|
| <b>Раздел 1 «Основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте»</b> |   | <b>68.00</b>                      |
| <b>Лекции</b>  |   |                                   |
| Л1.1   | История становления и развития физкультурно-спортивной деятельности в России и мире   | 1.00                              |
| Л1.2   | Основные термины и понятия адаптивной физической культуры   | 1.00                              |
| Л1.3   | Ведущие функции адаптивной физической культуры  | 2.00                              |
| Л1.4   | Основные принципы физкультурно-спортивной деятельности  | 1.00                              |
| Л1.5   | Характеристика объекта педагогических воздействий в физкультурно-спортивной деятельности  | 1.00                              |
| Л1.6   | Организационно-управленческая структура физкультурно-спортивной деятельности и адаптивной физической культуры в России и за рубежом | 1.00                              |
| Л1.7   | Организационные основы адаптивной физической культуры   | 1.00                              |
| Л1.8   | Основные направления и задачи адаптивного спорта  | 1.00                              |
| Л1.9   | Адаптивная физическая культура и адаптация людей с ОВЗ средствами адаптивного спорта  | 1.00                              |
| Л1.10  | Основные принципы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта   | 1.00                              |
| Л1.11  | Модели средства адаптивной физической культуре, применяемые в адаптивном спорте   | 1.00                              |
| <b>Семинары, практические занятия</b>  |   |                                   |
| П1.1   | Средства воспитания личности в условиях физкультурно-спортивной деятельности  | 6.00                              |
| П1.2   | Планирования процесса адаптивной физической культуры с целью развития двигательных качеств  | 4.00                              |
| П1.3   | Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся  | 6.00                              |
| П1.4   | Основные виды адаптивного спорта  | 6.00                              |
| П1.5   | Организационно-методические формы проведения адаптивных спортивных занятий  | 6.00                              |
| П1.6   | Методика оценивания и аттестация спортсменов-инвалидов  | 4.00                              |
| П1.7   | Общая характеристика специальных (коррекционных) спортивных учреждений  | 4.00                              |
| <b>Самостоятельная работа</b>  |   |                                   |
| С1.1   | Сделать классификацию нозологических групп занимающихся   | 2.00                              |



|  |   |               |
|--|---|---------------|
| C1.2   | Требования к спортивному инвентарю, используемому в физкультурно-спортивной деятельности  | 2.00          |
| C1.3   | Средства и методы адаптивной физической культуры, применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности   | 2.00          |
| C1.4   | Самостоятельные занятия некоторыми видами адаптивного спорта в домашних условиях  | 2.00          |
| C1.5   | Спортсмены в России в мировом спортивном движении инвалидов   | 2.00          |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                       |   |               |
| КВР1.1   | Контактная внеаудиторная работа   | 10.00         |
| <b>Раздел 2 «Гимнастика для лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»</b> |   | <b>208.00</b> |
| <b>Лекции</b>  |   |               |
| Л2.1   | Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности   | 2.00          |
| Л2.2   | Ритмическая гимнастика. Основные требования к организации и проведению занятий ритмической гимнастикой  | 2.00          |
| Л2.3   | Стретчинг в адаптивной физической культуре  | 2.00          |
| Л2.4   | Калланетика – система физических упражнений Каллан Пинкней  | 2.00          |
| Л2.5   | Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики   | 2.00          |
| Л2.6   | История возникновения и развития аэробики. Классификация аэробики   | 2.00          |
| Л2.7   | Структура и содержание занятий аэробикой  | 2.00          |
| Л2.8   | Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом   | 2.00          |
| Л2.9   | Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре  | 2.00          |
| Л2.10  | Степ-аэробика в адаптивной физической культуре  | 2.00          |
| Л2.11  | Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой  | 2.00          |
| Л2.12  | История шейпинга и отличительные особенности от других систем. Шейпинг как система коррекции фигуры.  | 2.00          |
| Л2.13  | Сбалансированное питание при занятиях оздоровительной аэробикой.  | 2.00          |
| <b>Семинары, практические занятия</b>  |   |               |
| П2.1   | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения.  | 4.00          |
| П2.2   | Упражнения стретчинг мышц задней, передней, внутренней и наружной поверхности бедра, ахиллова сухожилия, икроножной и камбаловидной мышц голени, ягодичных мышц | 4.00          |
| П2.3   | Упражнения стретчинг мышц брюшного пресса. Упражнения стретчинг грудных мышц. Упражнения стретчинг мышц рук и плечевого пояса.                                  | 4.00          |
| П2.4   | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. 30 упражнений калланетики.   | 4.00          |

|       |  |      |
|-------|--|------|
| П2.5  | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. 30 упражнений калланетики. Комплекс упражнений на гибкость (стретчинг).   | 4.00 |
| П2.6  | Строевые упражнения. Основные типы движения классической аэробики.   | 4.00 |
| П2.7  | Подготовительная часть урока: шаги на месте; приставные шаги; полуприседы, подъемы на носки; выпады вперед, в сторону; упражнения для мышц рук и плечевого пояса; стретч задней поверхности голени, бедра, приводящих мышц бедра, передней поверхности бедра, голени, мышц стопы | 4.00 |
| П2.8  | Основные шаги классической аэробики. Заминка (стретчинг).  | 4.00 |
| П2.9  | Строевые упражнения. Основные шаги классической аэробики.  | 4.00 |
| П2.10 | Комплекс аэробики под музыкальное сопровождение (начальное разучивание). Заминка (стретчинг.)  | 4.00 |
| П2.11 | Строевые упражнения. 2й комплекс упражнений классической аэробики.   | 4.00 |
| П2.12 | Комплекс оздоровительной аэробики (продолжить учить). Заминка (стретчинг.)   | 4.00 |
| П2.13 | Учебная практика. Аэробика   | 4.00 |
| П2.14 | Музыкальное сопровождение в аэробике. Структура занятий оздоровительной аэробикой.   | 2.00 |
| П2.15 | Содержание занятий. Средства аэробики.   | 2.00 |
| П2.16 | Терминология основных шагов, движений рук. Интенсивность, объем, величина нагрузки. Методика проведения занятий  | 2.00 |
| П2.17 | Методика построения комплекса: а) метод музыкальной интерпретации; б) метод усложнения; в) метод блоков; г) метод «калифорнийский стиль»   | 6.00 |
| П2.18 | Содержание подготовительная часть комплекса оздоровительной аэробики для инвалидов-колясочников. Упражнения, входящие в основную и заключительную части комплекса. Упражнения, рекомендуемые к исключению из упражнений основной части комплекса. Учебная практика.              | 4.00 |
| П2.19 | Строевые упражнения. Комплекс «стретчинг». Основные шаги степ-аэробики. Комплекс упражнений степ-аэробики. Упражнения стретчинга.  | 4.00 |
| П2.20 | Строевые упражнения. Комплекс «стретчинг». Основные шаги степ-аэробики. Комплекс упражнений степ-аэробики на оценку. Упражнения стретчинга.  | 2.00 |
| П2.21 | История возникновения степ-аэробики. Особенности занятий с использованием степ-аэробики. Правила степ-тренировки. Методика обучения базовым шагам с использованием степ-аэробики.  | 2.00 |
| П2.22 | Строевые упражнения. Подбор мяча. Базовые шаги аэробики с мячом. Упражнения на мышцы ног,  | 2.00 |

|   |   |               |
|---|---|---------------|
|   | туловища. Упражнения на мышцы рук и плечевого пояса.  |               |
| П2.23   | История футбола. Физиологические воздействия футбола на организм занимающихся. Особенности занятий с использованием футбол-мяча, показания и противопоказания к занятиям на футбол-мячах. | 2.00          |
| П2.24   | Использование футбол-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.  | 2.00          |
| П2.25   | Аэробная композиция. Упражнения на мышцы передней, задней, наружной и внутренней поверхности бедра, ягодичные мышцы. Упражнения стретчинга.   | 2.00          |
| П2.26   | Упражнения шейпинга на все группы мышц 3 уровня сложности. Учебная практика урока шейпинга.   | 2.00          |
| <b>Самостоятельная работа</b>                               |   |               |
| С2.1  | Виды гимнастики в работе с лицами с ограниченными возможностями   | 4.00          |
| С2.2  | Урок ритмической гимнастики для учащихся старшего школьного возраста.   | 4.00          |
| С2.3  | Стретчинг в адаптивной физической культуре  | 4.00          |
| С2.4  | Калланетика – система физических упражнений Каллан Пинкней  | 4.00          |
| С2.5  | Силовая часть урока оздоровительной аэробики.   | 6.00          |
| С2.6  | Футбол-гимнастика в адаптивной физической культуре.   | 4.00          |
| С2.7  | Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.   | 3.50          |
| С2.8  | Научная система упражнений шейпинга.  | 6.00          |
| С2.9  | Сбалансированное питание при занятиях оздоровительной аэробикой.  | 6.00          |
| С2.10   | Контроль и самоконтроль на занятиях оздоровительной аэробики.   | 6.00          |
| С2.11   | Аэробная композиция урока по классической аэробике.   | 4.50          |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                      |   |               |
| КВР2.1  | Контактная внеаудиторная работа   | 24.50         |
| КВР2.2  | Контактная внеаудиторная работа   | 19.50         |
| <b>Раздел 3 «Плавание в адаптивной физической культуре»</b> |   | <b>208.00</b> |
| <b>Лекции</b>   |   |               |
| Л3.1  | Плавание в системе оздоровления человека  | 4.00          |
| Л3.2  | Плавание в системе реабилитации человека с отклонениями в состоянии здоровья  | 4.00          |
| Л3.3  | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья в России и за рубежом   | 4.00          |
| Л3.4  | Оборудование и инвентарь для занятий плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 4.00          |
| Л3.5  | Показания и противопоказания к занятиям плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 4.00          |
| Л3.6  | Техники плавания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 4.00          |
| Л3.7  | Методики обучения плаванию лиц с отклонениями в   | 4.00          |

|  |   |       |
|--|---|-------|
|  | состоянии здоровья  |       |
| ЛЗ.8                                   | Оздоровительное плавание  | 4.00  |
| ЛЗ.9                                   | Лечебное плавание   | 4.00  |
| ЛЗ.10                                  | Адаптивное плавание   | 4.00  |
| ЛЗ.11                                  | Кондиционное плавание   | 4.00  |
| ЛЗ.12                                  | Спортивное плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 4.00  |
| <b>Семинары, практические занятия</b>  |   |       |
| ПЗ.1                                   | Плавание в системе оздоровления человека  | 6.00  |
| ПЗ.2                                   | Плавание в системе реабилитации человека с отклонениями в состоянии здоровья                                    | 6.00  |
| ПЗ.3                                   | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья за рубежом, в России, в Кировской области | 6.00  |
| ПЗ.4                                   | Оборудование и инвентарь для занятий плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                          | 6.00  |
| ПЗ.5                                   | Техники плавания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 6.00  |
| ПЗ.6                                   | Методика обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 6.00  |
| ПЗ.7                                   | Методика обучения плаванию детей с отклонениями в состоянии здоровья  | 6.00  |
| ПЗ.8                                   | Оздоровительное плавание  | 4.00  |
| ПЗ.9                                   | Лечебное плавание   | 4.00  |
| ПЗ.10                                  | Адаптивное плавание   | 4.00  |
| ПЗ.11                                  | Кондиционное плавание   | 4.00  |
| ПЗ.12                                  | Спортивное плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 4.00  |
| <b>Самостоятельная работа</b>          |   |       |
| СЗ.1                                   | Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека   | 6.00  |
| СЗ.2                                   | Показания и противопоказания к занятиям плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                       | 6.00  |
| СЗ.3                                   | Методика обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 6.00  |
| СЗ.4                                   | Методика обучения плаванию детей с отклонениями в состоянии здоровья  | 6.00  |
| СЗ.5                                   | Оздоровительное плавание с детьми различного возраста   | 6.00  |
| СЗ.6                                   | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья в Кировской области                       | 6.00  |
| СЗ.7                                   | Методики обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 3.00  |
| СЗ.8                                   | Кондиционное плавание   | 5.00  |
| СЗ.9                                   | Лечебное плавание   | 5.00  |
| СЗ.10                                  | Адаптивное плавание   | 4.50  |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b> |   |       |
| КВРЗ.1                                 | Контактная внеаудиторная работа   | 31.00 |

|   |  |               |
|---|--|---------------|
| КВР3.2  | Контактная внеаудиторная работа  | 13.50         |
| <b>Раздел 4 «Новые и профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в АФК»</b> |  | <b>117.00</b> |
| <b>Лекции</b>   |  |               |
| Л4.1  | Роль и место профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                      | 2.00          |
| Л4.2  | Роль и место новых видов спорта в адаптивной физической культуре   | 2.00          |
| Л4.3  | Методика обучения профессионально-ориентированным видам соревновательной деятельности  | 4.00          |
| Л4.4  | Методика обучения новым видам спорта в адаптивной физической культуре  | 4.00          |
| <b>Семинары, практические занятия</b>   |  |               |
| П4.1  | Характеристика профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                    | 4.00          |
| П4.2  | Характеристика новых видов спорта в адаптивной физической культуре   | 6.00          |
| П4.3  | Техника и методика обучения волейболу сидя   | 4.00          |
| П4.4  | Техника и методика обучения игры бочче   | 6.00          |
| П4.5  | Техника и методика обучения игры голбол  | 4.00          |
| П4.6  | Техника и методика обучения хоккею на полу   | 6.00          |
| П4.7  | Организация и проведение спортивных праздников для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 4.00          |
| П4.8  | Организация и проведение физкультурных досугов, игровых упражнений, шуточных игр, забав и аттракционов, семейных спортивных праздников | 6.00          |
| <b>Самостоятельная работа</b>   |  |               |
| С4.1  | Характеристика профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                    | 6.00          |
| С4.2  | Характеристика новых видов спорта в адаптивной физической культуре   | 6.00          |
| С4.3  | Техника и методика обучения волейболу сидя   | 6.00          |
| С4.4  | Техника и методика обучения игры бочче   | 6.00          |
| С4.5  | Техника и методика обучения игры голбол  | 6.00          |
| С4.6  | Техника и методика обучения хоккею на полу   | 6.00          |
| С4.7  | Организация и проведение спортивных праздников для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 1.50          |
| С4.8  | Организация и проведение физкультурных досугов, игровых упражнений, шуточных игр, забав и аттракционов, семейных спортивных праздников |               |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>  |  |               |
| КВР4.1  | Контактная внеаудиторная работа  | 27.50         |
| <b>Раздел 5 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>   |  | <b>47.00</b>  |
| 35.1  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.2  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.3  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |

|              |                              |               |
|--------------|------------------------------|---------------|
| 35.4         | Подготовка к сдаче зачета    | 3.50          |
| 35.5         | Подготовка к сдаче зачета    | 3.50          |
| Э5.1         | Подготовка к сдаче экзамена  | 24.50         |
| КВР5.1       | Сдача зачета                 | 0.50          |
| КВР5.2       | Сдача зачета                 | 0.50          |
| КВР5.3       | Сдача зачета                 | 0.50          |
| КВР5.4       | Сдача зачета                 | 0.50          |
| КВР5.5       | Сдача зачета                 | 0.50          |
| КВР5.7       | Консультация перед экзаменом | 2.00          |
| КВР5.6       | Сдача экзамена               | 0.50          |
| <b>ИТОГО</b> |                              | <b>648.00</b> |

### Заочная форма обучения

| Код занятия  | Наименование тем занятий  | Трудоемкость, академических часов |
|--|---|-----------------------------------|
| <b>Раздел 1 «Основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте»</b> |   | <b>104.00</b>                     |
| <b>Лекции</b>  |   |                                   |
| Л1.1   | История становления и развития физкультурно-спортивной деятельности в России и мире   | 1.00                              |
| Л1.2   | Основные термины и понятия адаптивной физической культуры   |                                   |
| Л1.3   | Ведущие функции адаптивной физической культуры  | 1.00                              |
| Л1.4   | Основные принципы физкультурно-спортивной деятельности  | 1.00                              |
| Л1.5   | Характеристика объекта педагогических воздействий в физкультурно-спортивной деятельности  |                                   |
| Л1.6   | Организационно-управленческая структура физкультурно-спортивной деятельности и адаптивной физической культуры в России и за рубежом |                                   |
| Л1.7   | Организационные основы адаптивной физической культуры   |                                   |
| Л1.8   | Основные направления и задачи адаптивного спорта  |                                   |
| Л1.9   | Адаптивная физическая культура и адаптация людей с ОВЗ средствами адаптивного спорта  | 1.00                              |
| Л1.10  | Основные принципы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта   |                                   |
| Л1.11  | Модели средства адаптивной физической культуре, применяемые в адаптивном спорте   |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>  |   |                                   |
| П1.1   | Средства воспитания личности в условиях физкультурно-спортивной деятельности  | 2.00                              |
| П1.2   | Планирования процесса адаптивной физической культуры с целью развития двигательных качеств  | 2.00                              |
| П1.3   | Планирование и комплексный контроль за состоянием   |                                   |

|  |   |               |
|--|---|---------------|
|  | занимающихся  |               |
| П1.4   | Основные виды адаптивного спорта  |               |
| П1.5   | Организационно-методические формы проведения адаптивных спортивных занятий                                    | 2.00          |
| П1.6   | Методика оценивания и аттестация спортсменов-инвалидов  |               |
| П1.7   | Общая характеристика специальных (коррекционных) спортивных учреждений  |               |
| <b>Самостоятельная работа</b>  |   |               |
| С1.1   | Сделать классификацию нозологических групп занимающихся   | 15.00         |
| С1.2   | Требования к спортивному инвентарю, используемому в физкультурно-спортивной деятельности                      | 17.00         |
| С1.3   | Средства и методы адаптивной физической культуры, применяемые в процессе физкультурно-спортивной деятельности | 30.00         |
| С1.4   | Самостоятельные занятия некоторыми видами адаптивного спорта в домашних условиях                              | 16.00         |
| С1.5   | Спортсмены в России в мировом спортивном движении инвалидов   | 16.00         |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                       |   |               |
| КВР1.1   | Контактная внеаудиторная работа   |               |
| <b>Раздел 2 «Гимнастика для лиц имеющих отклонения в состоянии здоровья»</b> |   | <b>100.00</b> |
| <b>Лекции</b>  |   |               |
| Л2.1   | Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности                             | 2.00          |
| Л2.2   | Ритмическая гимнастика. Основные требования к организации и проведению занятий ритмической гимнастикой        |               |
| Л2.3   | Стретчинг в адаптивной физической культуре  | 2.00          |
| Л2.4   | Калланетика – система физических упражнений Каллан Пинкней  |               |
| Л2.5   | Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики                                     |               |
| Л2.6   | История возникновения и развития аэробики. Классификация аэробики   |               |
| Л2.7   | Структура и содержание занятий аэробикой  |               |
| Л2.8   | Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом                           |               |
| Л2.9   | Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре  |               |
| Л2.10  | Степ-аэробика в адаптивной физической культуре  |               |
| Л2.11  | Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой  |               |
| Л2.12  | История шейпинга и отличительные особенности от других систем. Шейпинг как система коррекции фигуры.          |               |
| Л2.13  | Сбалансированное питание при занятиях оздоровительной аэробикой.  |               |

| <b>Семинары, практические занятия</b> |  |      |
|---------------------------------------|--|------|
| П2.1                                  | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения.   |      |
| П2.2                                  | Упражнения стретчинг мышц задней, передней, внутренней и наружной поверхности бедра, ахиллова сухожилия, икроножной и камбаловидной мышц голени, ягодичных мышц  |      |
| П2.3                                  | Упражнения стретчинг мышц брюшного пресса. Упражнения стретчинг грудных мышц. Упражнения стретчинг мышц рук и плечевого пояса.   |      |
| П2.4                                  | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. 30 упражнений калланетики.  | 2.00 |
| П2.5                                  | Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. 30 упражнений калланетики. Комплекс упражнений на гибкость (стретчинг).   |      |
| П2.6                                  | Строевые упражнения. Основные типы движения классической аэробики.   | 2.00 |
| П2.7                                  | Подготовительная часть урока: шаги на месте; приставные шаги; полуприседы, подъемы на носки; выпады вперед, в сторону; упражнения для мышц рук и плечевого пояса; стретч задней поверхности голени, бедра, приводящих мышц бедра, передней поверхности бедра, голени, мышц стопы |      |
| П2.8                                  | Основные шаги классической аэробики. Заминка (стретчинг).  |      |
| П2.9                                  | Строевые упражнения. Основные шаги классической аэробики.  |      |
| П2.10                                 | Комплекс аэробики под музыкальное сопровождение (начальное разучивание). Заминка (стретчинг.)  |      |
| П2.11                                 | Строевые упражнения. 2й комплекс упражнений классической аэробики.   |      |
| П2.12                                 | Комплекс оздоровительной аэробики (продолжить учить). Заминка (стретчинг.)   |      |
| П2.13                                 | Учебная практика. Аэробика   |      |
| П2.14                                 | Музыкальное сопровождение в аэробике. Структура занятий оздоровительной аэробикой.   |      |
| П2.15                                 | Содержание занятий. Средства аэробики.   |      |
| П2.16                                 | Терминология основных шагов, движений рук. Интенсивность, объем, величина нагрузки. Методика проведения занятий  |      |
| П2.17                                 | Методика построения комплекса: а) метод музыкальной интерпретации; б) метод усложнения; в) метод блоков; г) метод «калифорнийский стиль»   |      |
| П2.18                                 | Содержание подготовительная часть комплекса оздоровительной аэробики для инвалидов-колясочников. Упражнения, входящие в основную и заключительную части комплекса. Упражнения, рекомендуемые к исключению из упражнений основной части комплекса. Учебная практика.              |      |
| П2.19                                 | Строевые упражнения. Комплекс «стретчинг». Основные  | 2.00 |



|   |   |               |
|---|---|---------------|
|   | шаги степ-аэробики. Комплекс упражнений степ-аэробики. Упражнения стретчинга.   |               |
| П2.20   | Строевые упражнения. Комплекс «стретчинг». Основные шаги степ-аэробики. Комплекс упражнений степ-аэробики на оценку. Упражнения стретчинга.   |               |
| П2.21   | История возникновения степ-аэробики. Особенности занятий с использованием степ-аэробики. Правила степ-тренировки. Методика обучения базовым шагам с использованием степ-аэробики.         |               |
| П2.22   | Строевые упражнения. Подбор мяча. Базовые шаги аэробики с мячом. Упражнения на мышцы ног, туловища. Упражнения на мышцы рук и плечевого пояса.  |               |
| П2.23   | История футбола. Физиологические воздействия футбола на организм занимающихся. Особенности занятий с использованием футбол-мяча, показания и противопоказания к занятиям на футбол-мячах. |               |
| П2.24   | Использование футбол-аэробики в адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации.  | 2.00          |
| П2.25   | Аэробная композиция. Упражнения на мышцы передней, задней, наружной и внутренней поверхности бедра, ягодичные мышцы. Упражнения стретчинга.   | 2.00          |
| П2.26   | Упражнения шейпинга на все группы мышц 3 уровня сложности. Учебная практика урока шейпинга.   | 2.00          |
| <b>Самостоятельная работа</b>                               |   |               |
| С2.1  | Виды гимнастики в работе с лицами с ограниченными возможностями   | 8.00          |
| С2.2  | Урок ритмической гимнастики для учащихся старшего школьного возраста.   | 6.00          |
| С2.3  | Стретчинг в адаптивной физической культуре  | 6.00          |
| С2.4  | Калланетика – система физических упражнений Каллан Пинкней  | 6.00          |
| С2.5  | Силовая часть урока оздоровительной аэробики.   | 8.00          |
| С2.6  | Фитбол-гимнастика в адаптивной физической культуре.   | 8.00          |
| С2.7  | Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.   | 8.00          |
| С2.8  | Научная система упражнений шейпинга.  | 8.00          |
| С2.9  | Сбалансированное питание при занятиях оздоровительной аэробикой.  | 8.00          |
| С2.10   | Контроль и самоконтроль на занятиях оздоровительной аэробики.   | 10.00         |
| С2.11   | Аэробная композиция урока по классической аэробике.   | 8.00          |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                      |   |               |
| КВР2.1  | Контактная внеаудиторная работа   |               |
| КВР2.2  | Контактная внеаудиторная работа   |               |
| <b>Раздел 3 «Плавание в адаптивной физической культуре»</b> |   | <b>176.00</b> |
| <b>Лекции</b>   |   |               |
| ЛЗ.1  | Плавание в системе оздоровления человека  | 2.00          |

|                                       |   |       |
|---------------------------------------|---|-------|
| ЛЗ.2                                  | Плавание в системе реабилитации человека с отклонениями в состоянии здоровья                                    |       |
| ЛЗ.3                                  | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья в России и за рубежом                     |       |
| ЛЗ.4                                  | Оборудование и инвентарь для занятий плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                          |       |
| ЛЗ.5                                  | Показания и противопоказания к занятиям плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                       |       |
| ЛЗ.6                                  | Техники плавания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  |       |
| ЛЗ.7                                  | Методики обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  |       |
| ЛЗ.8                                  | Оздоровительное плавание  |       |
| ЛЗ.9                                  | Лечебное плавание   |       |
| ЛЗ.10                                 | Адаптивное плавание   |       |
| ЛЗ.11                                 | Кондиционное плавание   |       |
| ЛЗ.12                                 | Спортивное плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   |       |
| <b>Семинары, практические занятия</b> |   |       |
| ПЗ.1                                  | Плавание в системе оздоровления человека  |       |
| ПЗ.2                                  | Плавание в системе реабилитации человека с отклонениями в состоянии здоровья                                    |       |
| ПЗ.3                                  | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья за рубежом, в России, в Кировской области |       |
| ПЗ.4                                  | Оборудование и инвентарь для занятий плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                          | 2.00  |
| ПЗ.5                                  | Техники плавания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 2.00  |
| ПЗ.6                                  | Методика обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 2.00  |
| ПЗ.7                                  | Методика обучения плаванию детей с отклонениями в состоянии здоровья  |       |
| ПЗ.8                                  | Оздоровительное плавание  |       |
| ПЗ.9                                  | Лечебное плавание   |       |
| ПЗ.10                                 | Адаптивное плавание   |       |
| ПЗ.11                                 | Кондиционное плавание   |       |
| ПЗ.12                                 | Спортивное плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   |       |
| <b>Самостоятельная работа</b>         |   |       |
| СЗ.1                                  | Плавание в системе оздоровления и реабилитации человека   | 16.00 |
| СЗ.2                                  | Показания и противопоказания к занятиям плаванием лиц с отклонениями в состоянии здоровья                       | 18.00 |
| СЗ.3                                  | Методика обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья  | 16.00 |
| СЗ.4                                  | Методика обучения плаванию детей с отклонениями в состоянии здоровья  | 16.00 |

|   |  |               |
|---|--|---------------|
| С3.5  | Оздоровительное плавание с детьми различного возраста  | 16.00         |
| С3.6  | Организация обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья в Кировской области  | 16.00         |
| С3.7  | Методики обучения плаванию лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 16.00         |
| С3.8  | Кондиционное плавание  | 16.00         |
| С3.9  | Лечебное плавание  | 18.00         |
| С3.10   | Адаптивное плавание  | 20.00         |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>  |  |               |
| КВР3.1  | Контактная внеаудиторная работа  |               |
| КВР3.2  | Контактная внеаудиторная работа  |               |
| <b>Раздел 4 «Новые и профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности в АФК»</b> |  | <b>239.00</b> |
| <b>Лекции</b>   |  |               |
| Л4.1  | Роль и место профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                      |               |
| Л4.2  | Роль и место новых видов спорта в адаптивной физической культуре   |               |
| Л4.3  | Методика обучения профессионально-ориентированным видам соревновательной деятельности  |               |
| Л4.4  | Методика обучения новым видам спорта в адаптивной физической культуре  |               |
| <b>Семинары, практические занятия</b>   |  |               |
| П4.1  | Характеристика профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                    | 2.00          |
| П4.2  | Характеристика новых видов спорта в адаптивной физической культуре   | 2.00          |
| П4.3  | Техника и методика обучения волейболу сидя   |               |
| П4.4  | Техника и методика обучения игры бочче   | 2.00          |
| П4.5  | Техника и методика обучения игры голбол  | 2.00          |
| П4.6  | Техника и методика обучения хоккею на полу   |               |
| П4.7  | Организация и проведение спортивных праздников для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   |               |
| П4.8  | Организация и проведение физкультурных досугов, игровых упражнений, шуточных игр, забав и аттракционов, семейных спортивных праздников |               |
| <b>Самостоятельная работа</b>   |  |               |
| С4.1  | Характеристика профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности                                    | 28.00         |
| С4.2  | Характеристика новых видов спорта в адаптивной физической культуре   | 28.00         |
| С4.3  | Техника и методика обучения волейболу сидя   | 30.00         |
| С4.4  | Техника и методика обучения игры бочче   | 28.00         |
| С4.5  | Техника и методика обучения игры голбол  | 28.00         |
| С4.6  | Техника и методика обучения хоккею на полу   | 28.00         |

|   |  |               |
|---|--|---------------|
| C4.7  | Организация и проведение спортивных праздников для лиц с отклонениями в состоянии здоровья   | 30.00         |
| C4.8  | Организация и проведение физкультурных досугов, игровых упражнений, шуточных игр, забав и аттракционов, семейных спортивных праздников | 31.00         |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                              |  |               |
| КВР4.1  | Контактная внеаудиторная работа  |               |
| <b>Раздел 5 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b> |  | <b>29.00</b>  |
| 35.1  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.2  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.3  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.4  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| 35.5  | Подготовка к сдаче зачета  | 3.50          |
| Э5.1  | Подготовка к сдаче экзамена  | 6.50          |
| КВР5.1  | Сдача зачета   | 0.50          |
| КВР5.2  | Сдача зачета   | 0.50          |
| КВР5.3  | Сдача зачета   | 0.50          |
| КВР5.4  | Сдача зачета   | 0.50          |
| КВР5.5  | Сдача зачета   | 0.50          |
| КВР5.7  | Консультация перед экзаменом   | 2.00          |
| КВР5.6  | Сдача экзамена   | 0.50          |
| <b>ИТОГО</b>  |  | <b>648.00</b> |

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

## **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета [www.vyatsu.ru](http://www.vyatsu.ru).

## **Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине**

### **Учебная литература (основная)**

1) Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. Учебник : учебник. - Москва : Спорт-Человек, 2016 - . - Текст : электронный. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. - Москва : Спорт-Человек, 2016. - 384 с. - ISBN 978-5-906839-18-3 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/97465> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань.

2) Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник. - Москва : Спорт, 2016. - 385 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-18-3 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

3) Дивинская, А. Е. Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуре. Курс лекций / А. Е. Дивинская. - Волгоград : ВГАФК, 2016. - 77 с. - Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/158062> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

### **Учебная литература (дополнительная)**

1) Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учеб. пособие для вузов / под ред. Ю. Д. Железняка. - М. : Академия, 2002. - 378 с. - (Высшее образование). - ISBN 5-7695-0573-7 : Б. ц. - Текст : непосредственный.

### **Учебно-методические издания**

1) Аристова, Людмила Вениаминовна. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов : учеб. пособие для вузов / Л. В. Аристова. - М. : Сов. спорт, 2002. - 192 с. : ил. - Библиогр.: с. 140. - ISBN 5-85009-761-9 : 179.30 р. - Текст : непосредственный.

### **Электронные образовательные ресурсы**

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: [https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program\\_ID=3-49.03.02.51](https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-49.03.02.51)

3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>

4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

## Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru))
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

## Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)



## Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Демонстрационное оборудование

| Перечень используемого оборудования                                    |
|--|
| Мяч волейбольный MIKASA  |
| МЯЧИ ДЛЯ ПАРАЛИМПИЙСКОГО БОЧЧА HANDI LIFE SPORT (МЯГКИЕ), ЖЕСТКИЙ КЕЙС |
| Ноутбук Samsung R525   |
| Проектор BenQ MP730  |
| СЕКUNДОМЕР СОПпр-2А-3-000  |
| СИЛОВОЙ ТРЕНАЖЕР ALLROUND 500 COVER                                    |
| Спирометр  |
| Экран настенный Draper Luma 120",175x234                               |

### Специализированное оборудование

| Перечень используемого оборудования |
|-------------------------------------|
| Динамометр                          |
| ПУЛЬСОКСИМЕТР УХ 300 АРМЕД          |

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)**

| № п.п | Наименование ПО  | Краткая характеристика назначения ПО   |
|-------|--|--|
| 1     | Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ» | Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO |
| 2     | Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP  | Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами                                |
| 3     | Office Professional Plus 2016  | Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями   |
| 4     | Windows Professional   | Операционная система   |
| 5     | Kaspersky Endpoint Security для бизнеса  | Антивирусное программное обеспечение   |
| 6     | Справочная правовая система «Консультант Плюс»   | Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации  |
| 7     | Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик   | Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации  |
| 8     | Security Essentials (Защитник Windows)   | Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.   |
| 9     | МойОфис Стандартный  | Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах   |

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:  
[https://www.vyatsu.ru/php/list\\_it/index.php?op\\_id=111827](https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=111827)