

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Филиал ТИУ в г. Сургуте

Кафедра естественно-научных и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель КСН

Захаров Н.С.

« 15 » 06. 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплина Адаптивная физическая культура
(название дисциплины)
направление/специальность 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов
(наименование)
профиль: Сервис транспортных и транспортно-технологических машин и оборудования (нефтегазодобыча)
квалификация бакалавр
(указывается специалист/ бакалавр/ магистр)
программа прикладной бакалавриат
форма обучения заочная
(очная, заочная)
курс 2
семестр 3

Аудиторные занятия 10 часов, в т.ч.:

Лекции – - часов

Практические занятия – 10 часов

Лабораторные занятия – - часов

Самостоятельная работа – 314 часов, в т.ч.:

Курсовая работа (проект) не предусмотрена

Расчетно-графические работы не предусмотрены

Контроль – 4 часов

Вид промежуточной аттестации:

Экзамен – - семестр

Зачет – 3 семестр

Общая трудоемкость 328 (часы)

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов (уровень бакалавриата), приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. № 1470

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры естественно-научных и гуманитарных дисциплин

Протокол № 9 от « 08 » 06. 2020 г.
Заведующий кафедрой



Л.К. Иляшенко

СОГЛАСОВАНО:
И.о. заведующего
выпускающей кафедрой ЭТТМ



Р.А. Зиганшин

« 12 » 06. 2020 г.

Рабочую программу разработал:

Н.Л. Иванова, доцент кафедры ЕНГД, к.п.н.
(И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание)



Цель и задачи изучения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Адаптивная физическая культура» является формирование у обучающихся знаний, методических и практических умений и навыков в области адаптивного физического воспитания, которые играют важную роль в гармоничном развитии обучающихся с ограниченными возможностями здоровья как личностей и будущих профессионалов.

К задачам изучения дисциплины относят: формирование у обучающихся знаний теоретических основ адаптивной физической культуры; формирование у обучающихся понимания трудностей в адаптивном физическом воспитании; формирование навыков по применению средств адаптивной физической культуры для повышения физиологической активности систем организма; обеспечить достаточный уровень физической активности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; обеспечить обучающимся с ограниченными возможностями здоровья условия для совершенствования физических навыков (если такое может быть реализовано); понимание социальной значимости адаптивной физической культуры; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей физической подготовленности, в том числе и к будущей профессии.

Место данной дисциплины в структуре ОПОП

Адаптивная физическая культура является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту модуля основной профессиональной образовательной программы по направлению 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов. Код дисциплины: Б1.В.13.03.

Знания по данной дисциплине необходимы при изучении таких дисциплин как: «Физическая культура и спорт», «Общая физическая подготовка» и «Прикладная физическая культура».

Требования к результатам освоения дисциплины

Номер/ индекс компе- тенций	Содержание компетенции или ее части (указываются в соответствии с ФГОС)	В результате изучения дисциплины, обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастнополовые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков	Использовать методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

Содержание дисциплины
Содержание разделов учебной дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Введение в дисциплину «Адаптивная физическая культура». Техника безопасности на занятиях по адаптивной физической культуре	Инструктаж по технике безопасности. Понятие «Адаптивная физическая культура», её цели и задачи. Средства адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура как средство повышения уровня здоровья и работоспособности
2	Особенности развития силовых способностей средствами адаптивной физической культуры	Понятие сила и ее виды. Особенности развития силовых способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии силовых способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
3	Особенности развития скоростных способностей средствами адаптивной физической культуры	Понятие скорость. Особенности развития скоростных способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии скоростных способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
4	Особенности развития выносливости средствами адаптивной физической культуры	Понятие выносливость и ее виды. Особенности развития выносливости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии выносливости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
5	Особенности развития гибкости средствами адаптивной физической культуры	Понятие гибкость. Особенности развития гибкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии гибкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
6	Особенности развития координационных способностей средствами адаптивной физической культуры	Понятие ловкость. Особенности развития ловкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии ловкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

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

Разделы (модули), темы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Лекция	Практические занятия	Лабораторные занятия	Семинар	СРС	Всего
1	Введение в дисциплину «Адаптивная физическая культура». Техника безопасности на занятиях по адаптивной физической культуре	-	1	-	-	-	1
2	Особенности развития силовых способностей средствами адаптивной физической культуры	-	2	-	-	63	65
3	Особенности развития скоростных способностей средствами адаптивной физической культуры	-	2	-	-	62	64
4	Особенности развития выносливости средствами адаптивной физической культуры	-	2	-	-	63	65
5	Особенности развития гибкости средствами адаптивной физической культуры	-	1	-	-	63	64
6	Особенности развития координационных способностей средствами адаптивной физической культуры	-	2	-	-	63	65
Контроль							
Итого		-	10	-	-	318	328

Перечень семинарских, практических и/или лабораторных работ

Перечень семинарских работ

Учебным планом не предусмотрены.

Перечень практических занятий

При организации и проведении практических занятий преподавателем учитывается индивидуальные особенности каждого, обучающегося. То есть реализуется принцип индивидуального подхода, что позволяет обеспечить наиболее полное достижение каждым обучающимся задач изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура».

№ раздела	Темы практических занятий	Трудоемкость (часы)	Формируемые компетенции	Оценочные средства
1	Инструктаж по технике безопасности. Понятие «Общая физическая подготовка», её цели и задачи. Средства общей физической подготовки. Общая физическая подготовка как средство обеспечения здоровья и высокой работоспособности	1		
2	Понятие сила и ее виды. Особенности развития силовых способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии силовых способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	2		

3	Понятие скорость. Особенности развития скоростных способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии скоростных способностей у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	2	ОК-8	Тестирование технической подготовленности по видам двигательной активности, общефизической подготовленности, подготовка и защита рефератов и презентаций, составление характеристики адаптивного вида спорта
4	Понятие выносливость и ее виды. Особенности развития выносливости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии выносливости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	2		
5	Понятие гибкость. Особенности развития гибкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Средства адаптивной физической культуры в развитии гибкости у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	1		
6	Понятие гибкость. Гибкость в повседневной жизни и профессиональной деятельности. Определение текущего уровня развития гибкости. Упражнения для развития гибкости	2		
Итого за 3 семестр:		10		
Итого за полный курс:		10		

Перечень тем для самостоятельной работы

Для обучающихся заочной формы обучения

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы	Наименование темы	Трудоемкость (час.)	Виды контроля	Формируемые компетенции
1	2	Адаптивный спорт и в качестве средства развития силы	63	Дискуссия с преподавателем, подготовка и защита рефератов и презентаций, составление характеристики адаптивного вида спорта	ОК-8
2	3	Адаптивный спорт и в качестве средства развития скорости	62		
3	4	Адаптивный спорт и в качестве средства развития выносливости	63		
4	5	Адаптивный спорт и в качестве средства развития гибкости	63		
5	6	Адаптивный спорт и в качестве средства развития ловкости	63		
ИТОГО			314		

Перечень лабораторных работ

Учебным планом выполнение лабораторных работ не предусмотрено.

Оценка результатов освоения дисциплины

Рейтинговая система оценивания знаний обучающихся по дисциплине

«Адаптивная физическая культура» направления

23.03.03 «Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов», ЗФО

III семестр (зачет)

№ п/п	Виды контрольных мероприятий	Кол-во баллов
II курс: 3 семестр (зачет)		
1	Сдача адаптированных тестовых заданий по общей физической подготовке	0-60
2	Характеристика адаптивного вида спорта	0-30
3	Подготовка и защита реферата на избранную тему в области адаптивной физической культуры	0-10
Всего:		100

Примечание: если обучающийся по состоянию здоровья не способен сдать тот или иной норматив, или подготовить реферат, то невыполнимые задания могут быть заменены альтернативным вариантом аттестации. Альтернативный вариант аттестации определяется преподавателем индивидуально в ходе беседы с обучающимся.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина Адаптивная физическая культура

Форма обучения:

Кафедра/П(Ц)К естественно-научных и гуманитарных дисциплин

очная: 1-3 курс 1-5 семестр

Код, направление подготовки/ специальность/ профессия 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов

заочная: 2 курс 3 семестр


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 библиотеке филиала ТИУ в г. Сургуте	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения в библиотеке филиала ТИУ в г. Сургуте	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Основная	Евсеева, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеева. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 384 с. https://e.lanbook.com/book/97465	2016	У	ПР, СРС	электр. вариант	75	100	https://e.lanbook.com	+
Дополнительная	Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре : учебное пособие / составители А.А. Акатова, Т.В. Абызова. — Пермь : ПГГПУ, 2015. — 102 с. https://e.lanbook.com/book/129501	2015	УП	ПР, СРС	электр. вариант	75	100	https://e.lanbook.com	+
	Адаптивная физическая культура: Методические указания к практическим занятиям по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для обучающихся всех направлений подготовки всех форм обучения / сост. Н. Л. Иванова; Тюменский индустриальный университет. – Тюмень: Издательский центр БИК ТИУ, 2019. – 24 с.	2019	МУ	ПР	100 + электр. вариант	75	100	библиотека http://webirbis.tsogu.ru/	+
	Адаптивная физическая культура: Методические указания по организации самостоятельной работы по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для обучающихся всех направлений подготовки всех форм обучения / сост. Н. Л. Иванова; Тюменский индустриальный университет. – Тюмень: Издательский центр БИК ТИУ, 2019. – 18 с.	2019	МУ	СРС	100 + электр. вариант	75	100	библиотека http://webirbis.tsogu.ru/	+

План обеспечения и обновления учебной и учебно-методической литературы

Учебная литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы	Вид занятий	Вид издания	Способ обновления учебных изданий	Год издания
1	2	3	4	5	6
Основная					
Дополнительная	Методические указания к практическим занятиям	ПР	МУ	Ресурсы кафедры	2020

Зав. кафедрой

 Л.К. Иляшенко

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Перечень договоров ЭБС ТИУ БИК		
Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия
2020/2021	Электронный каталог/Электронная библиотека Тюменского индустриального университета http://webirbis.tsogu.ru/	
	Договор №09-16/19 от 18.10.2019 взаимного оказания услуг двухстороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки ФГАОУ ВО РГУ Нефти и газа (НИУ) им. И.М. Губкина и ФГБОУ ВО «ТИУ» http://elib.gubkin.ru/	С 18.10.2019 по 16.10.2021
	Договор № Б124/2019/09-20/2019 от 20.12.2019 на оказание услуг по предоставлению двустороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки ФГБОУ ВО «УГНТУ» и ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет» http://bibl.rusoil.net	С 20.12.2019 по 18.12.2021
	Договор № 09-19/2019 от 12.12.2019 на оказание услуг двустороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки ФГБОУ ВО «УГТУ» и ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет» http://lib.ugtu.net/books	С 12.12.2019 по 10.12.2021
	Договор №5067 от 20.12.2019 на оказание услуг по предоставлению доступа к ресурсам базы данных «Научная электронная библиотека «eLibrary.ru»	С 01.01.2020 по 31.12.2020
	Гражданско-правовой договор № 6627-20 от 13.07.2020 с ООО «Политехресурс» http://www.studentlibrary.ru по предоставлению доступа к базе данных Консультант студента «Электронная библиотека технического ВУЗа»	С 01.09.2020 по 31.08. 2021
	Гражданско-правовой №6628-20 от 10.08.2020 на предоставление доступа к электронно-библиотечной системе IPRbooks с ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» http://www.iprbookshop.ru/	С 01.09.2020 по 31.08. 2021
	Гражданско-правовой договор №6629-20 от 25.08.2020 на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС с ООО «Издательство ЛАНЬ» http://e.lanbook.com	С 01.09.2020 по 31.08. 2021
	Гражданско-правовой договор № 6630-20 от 25.08.2020 с ООО «КноРус медиа» на оказание услуг по предоставлению доступа к электронно-библиотечной системе BOOK.ru https://www.book.ru	С 01.09.2020 по 31.08.2021
	Гражданско-правовой договор №6632-20 от 25.08.2020 с ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС www.biblio-online.ru , www.urait.ru	С 01.09.2020 по 31.08. 2021
Договор №101НЭБ/6258/09/17/2019 о подключении к Национальной электронной библиотеке и предоставлении доступа к объектам Национальной электронной библиотеки	С 29.10.2019 по 28.10.2024	

- ВФСК «ГТО» - Режим доступа: <http://www.gto-normy.ru> (дата обращения: 30.08.2020)
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования» - Режим доступа: <http://fgosvo.ru> (дата обращения: 30.08.2020)
- FISU (International University Sports Federation) - Режим доступа <http://www.fisu.net> (дата обращения: 30.08.2020)

- Министерство спорта РФ - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru> (дата обращения: 30.08.2020)
- Российский студенческий спортивный союз - Режим доступа: <http://studsport.ru/> (дата обращения: 30.08.2020)
- Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» - Режим па: <http://studsport.ru/> (дата обращения: 30.08.2020)

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Microsoft Windows (Договор №6714-20 от 31.08.2020 до 31.08.2021).

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по адаптивной физической культуре проводятся в арендуемом тренажерном зале.

Оборудование тренажерного зала

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура» проводятся в арендуемом тренажерном зале с применением следующего оборудования: Тренажеры: JOHNSON-5шт.; Универсал – 25 шт.; TECHNOGUM – 24 шт.; MB BARBEL – 3шт.; LIFE FITNESS – 6 шт.; VSPORT -1 шт.; PARABODY – 1 шт.; VISION FITNESS – 2 шт.; JW SPORT – 5 шт.; гимнастические скамейки - 4 шт.; велотренажеры – 8 шт.; штанги – 6 шт.; грифы для штанг – 2 шт.; штанги с изогнутым грифом – 2 шт.

**Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе**

по дисциплине

Адаптивная физическая культура

на 20__ / 20__ учебный год

В рабочую учебную программу вносятся следующие дополнения (изменения):

(либо делается отметка о нецелесообразности внесения каких-либо изменений на данный учебный год)

Дополнения и изменения внес

Доцент кафедры ЕНГД

(должность, ученое звание, степень)

_____ /Н.Л. Иванова

(подпись)

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры /П(Ц)К ЕНГД _____ .

Протокол от «__» _____ 20__ г. № __

Заведующий кафедрой ЕНГД _____ / Л.К. Иляшенко

(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

для рабочих программ ВО:

И.о. Зав. выпускающей кафедрой ЭТТМ _____ / _____

(название кафедры)

(подпись)

«__» _____ 20__ г.

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

Дисциплина Адаптивная физическая культура

Код, направление подготовки: 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов

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

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине (модулю)	Критерии оценивания результатов обучения (в баллах)			
		Менее 61	61 – 75	76 – 90	91 - 100
ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков	Не знает теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков	Поверхностно знает некоторые теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков	Хорошо знает теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков	В совершенстве знает теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков
	Уметь: использовать методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	Не умеет использовать методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	Частично способен применять методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	Хорошо применяет методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни, но имеет с этим некоторые затруднения	Способен в совершенстве применять методы и средства физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни
	Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	Не владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	Частично владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	На достаточном уровне владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	В совершенстве владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности