

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

Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ  
Председатель КСН  
 О.Н. Кузнецов  
«13» июня 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
для обучающихся наборов с 2019 г.

Дисциплина: «Адаптивная физическая культура»

Направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Профиль: Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

Квалификация: бакалавр

Программа академического бакалавриата

Форма обучения: очная/заочная

Курс: 1-3/2

Семестр: 1-5/3

Контактная работа 296/10 ак.ч., в т.ч.:

практические занятия – 296/10 ак.ч.

Самостоятельная работа – 32/ 318 ак.ч.

Вид промежуточной аттестации:

зачет – 1-5 /3 семестр

Общая трудоемкость 328/328 ак.ч.

Рабочая программа разработана в соответствии требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 марта 2015 года №200.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин  
Протокол № 15 от 07.06.2019 г.

Заведующий кафедрой естественнонаучных и гуманитарных дисциплин



С.А. Татьяненко

СОГЛАСОВАНО:  
Заведующий выпускающей кафедрой  
«07» июня 2019 г.



Г.В. Иванов

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- 7	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 социальных 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.
		4	Организация режима дня обучающегося при имеющемся заболевании, патологическом состоянии.

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

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

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

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

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

№ п/п	Наименование раздела программы	Лекции, ак. час	Практ. зан., ак. час	Лаб. зан., ак. час	Семинары, ак. час	СРС ак. час	Всего, ак. час	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	202/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	42/0	-	-	4/20	46/20	42/0
4	Волейбол	-	56/0	-	-	8/40	64/40	56/0
5	Фитнес и аэробика	-	66/0	-	-	4/20	70/20	66/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	2/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>296/10</b>	-	-	<b>32/318</b>	<b>328/328</b>	<b>297/10</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	202/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	42/0	-	-	4/20	46/20	42/0
4	Волейбол	-	56/0	-	-	8/40	64/40	56/0
5	Фитнес и аэробика	-	66/0	-	-	4/20	70/20	66/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	2/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>296/10</b>	-	-	<b>32/318</b>	<b>328/328</b>	<b>296/10</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	202/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	42/0	-	-	4/20	46/20	42/0
4	Волейбол	-	56/0	-	-	8/40	64/40	56/0
5	Фитнес и аэробика	-	66/0	-	-	4/20	70/20	66/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	2/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>296/10</b>	-	-	<b>32/318</b>	<b>328/328</b>	<b>296/10</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	202/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	42/0	-	-	4/20	46/20	42/0
4	Волейбол	-	56/0	-	-	8/40	64/40	56/0
5	Фитнес и аэробика	-	66/0	-	-	4/20	70/20	66/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	2/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>296/10</b>	-	-	<b>32/318</b>	<b>328/328</b>	<b>296/10</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	202/24	182/4
3	Легкая атлетика	-	42/0	-	-	4/20	46/20	42/0
4	Волейбол	-	56/0	-	-	8/40	64/40	56/0
5	Фитнес и аэробика	-	66/0	-	-	4/20	70/20	66/0
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20/2	-	-	2/20	22/22	20/2
7	Зачет:	-	-	-	-	0/4	0/4	-
	<b>ИТОГО:</b>	-	<b>296/10</b>	-	-	<b>32/318</b>	<b>328/328</b>	<b>296/10</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>2 СЕМЕСТР</b>										
1	<b>Здоровый образ жизни</b>		6/0	6/0	6/0	6/0	6/0	ОК-7	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-7	Практические занятия  Работа в малых группах	
	3	Комплекс упражнений с палками								
	4	Комплекс упражнений с гантелями								
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		5/0	10/0	10/0	16/0	14/0	ОК-7	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника спортивной ходьбы, бега.								
	2	Бег по укороченной дистанции. Развитие скоростных способностей.								
5	<b>Волейбол</b>		3/0	10/0	10/0	14/0	12/0	ОК-7	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника перемещений в волейболе								
	2	Техника передачи волейбольного мяча								
	3	Техника подачи и приема мяча с подачи								
6	<b>Фитнес и аэробика</b>		5/0	18/0	16/0	14/0	14/0	ОК-7	Практические занятия  Работа в малых группах	
	1	Техника танцевальных движений								
7	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>		4/0	4/0	4/0	4/0	4/0	ОК-7	Практические занятия  Работа в малых группах	
	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 системы	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-7	Практические занятия	
	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		Работа в малых группах
	5	Комплекс упражнений у гимнастической стенки							
	6	Комплекс упражнений на фитбол-мячах							
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		5/0	10/0	14/0	14/0	12/0		
	3	Оздоровительный бег. Развитие выносливости.							
	4	Прыжок в длину с места.							
	5	Эстафетный бег по укороченным отрезкам							
4	<b>Волейбол</b>		3/0	10/0	8/0	14/0	12/0		
	1	Техника перемещений в волейболе							
	2	Техника передачи волейбольного мяча							
	3	Техника подачи и приема мяча с подачи							
5	<b>Фитнес и аэробика</b>		4/0	18/0	12/0	12/0	12/0		
	3	Техника спортивной аэробики							
	4	Построение танцевальной композиции							
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>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			
	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-7	Практические занятия  Работа в малых группах
	1	Комплекс упражнений без предметов								
	2	Комплекс упражнений с мячами								
	3	Комплекс упражнений с палками								
3	<b>Лёгкая атлетика</b>		5/0	8/0	8/0	10/0	8/0			
	3	Оздоровительный бег. Развитие выносливости.								
	4	Прыжок в длину с места.								
	5	Эстафетный бег по укороченным отрезкам								



### 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	10/194	Тестирование физической подготовленности / Реферат	ОК 7
3	Легкая атлетика	8/40		
4	Волейбол	8/40		
7	Фитнес и аэробика	3/20		
8	Профессионально-прикладная физическая подготовка	2/20		
<b>Зачет:</b>		<b>0/4</b>		
<b>ИТОГО:</b>		<b>32/318</b>		

### 6. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

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

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

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

№	Виды контрольных мероприятий текущего контроля для очной формы обучения	Баллы	№ недели
1	2	3	4
1	Работа на практических занятиях	0-15	1-6
2	Ведение «Дневника самоконтроля»	0-4	
3	Составление «Режима учебного дня»	0-6	
<b>ИТОГО за I текущую аттестацию</b>		<b>0 – 25</b>	
4	Работа на практических занятиях	0-16	7-11
5	Ведение «Дневника самоконтроля»	0-4	
6	Составление «Комплекса упражнений» по заболеванию	0-10	
<b>ИТОГО за II текущую аттестацию</b>		<b>0 – 30</b>	

7	Работа на практических занятиях	0-18	12-18
8	Ведение «Дневника самоконтроля»	0-9	
9	Тестирование физической подготовленности сохранных кондиций	0-18	
<b>ИТОГО за III текущую аттестацию</b>		0 – 45	
<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>		0-100

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

Учебная дисциплина: Адаптивная физическая культура

Форма обучения: очная/ заочная

Кафедра: Естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

курс1-3/2, семестр 1-5/3

Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Основная	Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/438915">https://www.biblio-online.ru/bcode/438915</a> (дата обращения: 27.08.2019).	2019	УП	Л	ЭР	30	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — 12-е изд. —М.: Академия.	2014	У	Л,ПЗ	3	106	11	Научная библиотека филиала	
	Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 224 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/438651">https://www.biblio-online.ru/bcode/438651</a> (дата обращения: 27.08.2019).	2019	УП	Л	ЭР	30	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Караулов, Л.К. Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования / Л.К. Красноперова, М.М. Расулов. — М.: Академия.	2012	У	Л,ПЗ	2	106	8	Научная библиотека филиала	
	Лечебная физическая культура [Текст]: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования/ под ред. С.Н. Попова. — 10-е изд., стер. — М.: Академия.	2014	У	Л, ПЗ	3	106	11	Научная библиотека филиала	

Дополнительная	Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст]: учебник для вузов / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин; под ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 4-е изд., стер. - М.: Академия.	2010	У	Л,ПЗ	3	106	11	Научная библиотека филиала	
	Баскетбол. Теория и методика обучения [Текст]: учебное пособие для вузов / Д. И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - М.: Академия.	2010	УП	Л,ПЗ	3	106	11	Научная библиотека филиала	
	Фёдорова Т.Н., Злыгостев О.В. Физическая культура. Методические указания к организации самостоятельной работы студентов всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения. – Тюмень: ТюмГНГУ, 2014. 28 с.	2014	МУ	Л,ПЗ	10	106	11	Научная библиотека филиала	

Зав.кафедрой  
«07» июня 2019 г.



С.А.Татьяненко

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

[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»

»

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Мультимедийная аудитория 411 <b>Оснащенность:</b> Учебная мебель: - стол ученический - 17 шт.; - стул ученический - 26 шт.; - доска – 1 шт. Оборудование: - ноутбук - 1 шт.; - проектор - 1 шт.; - экран настенный - 1 шт.; - компьютерная мышь - 1 шт.; - телевизор - 1 шт. <b>Комплект учебно-наглядных пособий</b> <b>Программное обеспечение:</b> - Microsoft Office Professional - Microsoft Windows - Adobe Acrobat Reader DC
Универсальный спортивный зал с игровой площадкой для баскетбола, волейбола, мини футбола, тенниса, атлетической и ритмической гимнастики	Кабинет 19 <b>Оборудование:</b> Гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт., - стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт.; - теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт.; антенна и сетка волейбольные – 1 шт., - мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт., - мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт., - мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт., - тренажер спортивный – 3 шт., - комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт., - шахматы обиходные (дерево) – 4 шт.
Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду	Кабинет 220 <b>Оснащенность:</b> Учебная мебель: столы, стулья Оборудование: - ноутбук – 5 шт., - компьютерная мышь – 5 шт. <b>Программное обеспечение:</b> - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
	<p>Кабинет 208</p> <p><b>Оснащенность:</b>  Учебная мебель: столы, стулья  Оборудование:  - Ноутбук– 5 шт.  - Компьютерная мышь – 5 шт.</p> <p><b>Программное обеспечение:</b>  - Microsoft Office Professional Plus  - Microsoft Windows</p>
Кабинет для текущего контроля и промежуточной аттестации – кабинет электронного тестирования	<p>Компьютерный класс: кабинет 323</p> <p><b>Оснащенность:</b>  Учебная мебель: столы, стулья  Оборудование:  - системный блок – 1 шт.  - монитор – 1шт.  - моноблок – 15 шт.  - проектор – 1шт.  - экран настенный – 1 шт.</p> <p><b>Программное обеспечение:</b>  - Microsoft Office Professional Plus  - Microsoft Windows</p>
Кабинет, для самостоятельной работы обучающихся - лиц с ограниченными возможностями здоровья, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и наличием доступа в электронную информационно-образовательную среду организации	<p>Кабинет 105</p> <p>2 компьютерных рабочих места для инвалидов — колясочников:</p> <p><b>Оснащенность:</b>  Учебная мебель: столы, стулья  Оборудование:  - системный блок - 2 шт.  - монитор – 2 шт.</p> <p><b>Программное обеспечение:</b>  - Microsoft Office Professional Plus  - Microsoft Windows</p>

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

Дисциплина: Адаптивная физическая культура

Направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Профиль: Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
<b>ОК-7</b> способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Знать (З 1)</b> цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	Не знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	Демонстрирует достаточные знания цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	в совершенстве знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений
	<b>Уметь (У 1)</b> использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Не умеет использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	уверенно использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Уверенно применять средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	в совершенстве применять средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	<b>Владеть (В 1)</b> средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной	Не владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для	уверенно владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для	владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для	хорошо владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной

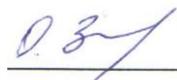
Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
	ной и профессиональной деятельности	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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.7.1).
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.7.2).
3. Материально-техническое обеспечение (п.8)
4. В случае организации учебной деятельности в электронной информационно-образовательной среде университета в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) обновления вносятся:
  - а. 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;
  - б. в п.9 Оценка результатов учебной дисциплины.

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



## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

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

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

Код, направление подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

#### 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	Кол-во экземпляров в БИК
1	2	3	4	5	6	7
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	
	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	
	Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/455431">https://urait.ru/bcode/455431</a> (дата обращения: 31.08.2020).	2020	У	Л	ЭР	

Зав. кафедрой  
«17» июня 2020 г.



С.А.Татьяненко

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

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

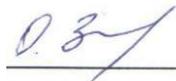
**Дополнения и изменения  
к рабочей учебной программе по дисциплине  
«Адаптивная физическая культура»  
на 2021-2022 учебный год**

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1. Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.7.1).
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.7.2).
3. В случае организации учебной деятельности в электронной информационно-образовательной среде университета в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) обновления вносятся в методы преподавания: корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами в электронной системе поддержки учебного процесса Educon и по электронной почте). Учебные занятия (лекции, практические занятия, лабораторные работы) проводятся в режиме on-line (на платформе ZOOM и др.).

Дополнения и изменения внес:

канд. пед. наук, доцент



О.В.Злыгостев

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

Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Зав. кафедрой ЕНГД  
С.А.Татьяненко



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

Учебная дисциплина: Адаптивная физическая культура  
 Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин  
 Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

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

### 1. 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> .	2020	УП	ПЗ	20	25	100	ОИО	-
	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> .	2020	УП	ПЗ	ЭР	25	100	БИК	+
Дополнительная	Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/455431">https://urait.ru/bcode/455431</a> .	2020	УП	ПЗ, СРС	ЭР	25	100	БИК	+

Зав. кафедрой ЕНГД  
 «30»



С.А. Татьянаенко  
 августа

2021

г..

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

1. Электронный каталог/Электронная библиотека ТИУ – <http://webirbis.tsogu.ru/>
2. Электронно-библиотечной система «IPRbooks» – <http://www.iprbookshop.ru/>
3. Электронная нефтегазовая библиотека РГУ нефти и газа им. Губкина (Российский гос-ударственный университет нефти и газа им. И.М. Губкина) – <http://elib.gubkin.ru/>
4. Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU – <http://www.elibrary.ru/>
5. Электронно-библиотечная система «Лань» – <https://e.lanbook.com/>
6. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» –
7. <https://www.studentlibrary.ru/>
8. Электронно-библиотечная система «Book.ru» – <https://www.book.ru/>
9. Электронная библиотека ЮРАЙТ – <https://urait.ru/>

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практических занятий); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Универсальный спортивный зал: кабинет 19 <b>Спортивный инвентарь:</b> - гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт. - стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт. - теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт. - антенна и сетка волейбольные – 1 шт. - мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт. - мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт. - мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт. - тренажер спортивный – 3 шт. - комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт. - шахматы обиходные (дерево) – 4 шт.
Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду	Кабинет 220 <b>Оснащенность:</b> Учебная мебель: столы, стулья <b>Оборудование:</b> - ноутбук – 5 шт, - компьютерная мышь – 5 шт. <b>Программное обеспечение:</b> - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
	<p>Кабинет 208</p> <p><b>Оснащенность:</b> Учебная мебель: столы, стулья</p> <p>Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ноутбук – 5 шт.</li><li>- Компьютерная мышь – 5 шт.</li></ul> <p><b>Программное обеспечение:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Microsoft Office Professional Plus</li><li>- Microsoft Windows</li></ul>

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

С учётом развития науки, практики, технологий и социальной сферы, а также результатов мониторинга потребностей работодателей, в рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

№	Вид дополнений/изменений	Содержание дополнений/изменений, вносимых в рабочую программу
1	Актуализация списка используемых источников	Дополнения (изменения) внесены в карту обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (Прил. 2).

**КАРТА**  
**обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

Дисциплина: Адаптивная физическая культура

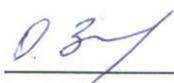
Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Направленность (профиль): Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта ЭБС (+/-)
1	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> .	ЭР	20	100	+
2	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> .	ЭР	20	100	+
3	Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/455431">https://urait.ru/bcode/455431</a> .	ЭР	20	100	+

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:**

И.о. заведующего выпускающей кафедрой  
«30» августа 2022 г.

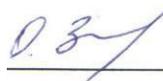


Е.С. Чижикова

**Дополнения и изменения  
к рабочей программе дисциплины  
Адаптивная физическая культура  
на 2023-2024 учебный год**

Дополнения и изменения в рабочую программу не вносятся (*дисциплина в 2023-2024 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:**

И.о. заведующего выпускающей кафедрой



Е.С. Чижикова

«30» августа 2023 г.

**Дополнения и изменения  
к рабочей программе дисциплины  
Адаптивная физическая культура  
на 2024-2025 учебный год**

Дополнения и изменения в рабочую программу не вносятся (*дисциплина в 2024-2025 учебном году не изучается*).

Дополнения и изменения внес:  
Доцент, кан.пед.наук



С.А.Татьяненко

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

Заведующий кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко

**СОГЛАСОВАНО:**

И.о. заведующего выпускающей кафедрой



Е.С. Чижикова

«22» апреля 2024 г.