

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталья Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.02.2026 10:33:45
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОГИНСКИЙ ФИЛИАЛ
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Государственный университет просвещения»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Ногинского филиала Университета

Д.С. Аксенов

«16» февраля 2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.19. ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ

«Общепрофессиональный цикл»
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Очная форма обучения

Московская область
г. Ногинск
2026

ОДОБРЕНО

Предметной (цикловой) комиссией
естественно-научных и
здоровьесберегающих дисциплин
Протокол №6
от «30» января 2026 г.

Председатель ПЦК
 М.П. Вышкварко
«30» января 2026 г.

СОСТАВЛЕНА

В соответствии с государственными
требованиями к минимуму содержания и
уровню подготовки выпускника по
специальности: 49.02.01 Физическая
культура

СОГЛАСОВАНО

Методическим советом
Ногинского филиала Университета
Протокол №5
от «13» февраля 2026 г.
Председатель Методического совета
 А.А. Дерябкин
«13» февраля 2026 г.

Составитель: Вышкварко М.П., преподаватель Ногинского филиала
Университета

Эксперты:

Внутренняя экспертиза

Техническая экспертиза:  Зеленина В.А., методист высшей
квалификационной категории Ногинского филиала Университета

Содержательная экспертиза:  Вышкварко М.П., преподаватель
высшей квалификационной категории Ногинского филиала Университета

Внешняя экспертиза

Содержательная экспертиза:  Коренкова С.Ю., директор МБОУ ЦО №3
г. Ногинска

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного
образовательного стандарта среднего профессионального образования по
специальности 49.02.012 «Физическая культура», утвержденного приказом
Министерства просвещения РФ от 11.11.2022 №968.

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами
программы подготовки специалистов среднего звена по специальности
49.02.01 Физическая культура в соответствии с требованиями ФГОС СПО.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 5 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 8 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ... | 10 |

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ПК 1.1, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 1.5, ПК 2.1, ПК 2.2, ПК 2.3, ПК 2.4, ПК 3.2, ПК 3.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
|--|---|---|
| ОК 1 – 12, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 | <ul style="list-style-type: none">- ориентироваться в истории и тенденциях развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;- правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм адаптивного физического воспитания. | <ul style="list-style-type: none">- основные понятия и термины адаптивной физической культуры;- историю адаптивной физической культуры;- виды адаптивной физической культуры, их характеристику;- функции адаптивной физической культуры; принципы адаптивной физической культуры;- образовательное, научное, правовое и информационное пространство адаптивной физической культуры в Российской Федерации; организацию адаптивного физического воспитания в системе массового образования; материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;- государственные и общественные организации, занимающиеся проблемами инвалидов и лицами с отклонениями в состоянии здоровья |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|---|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 44 |
| в т.ч. в форме практической подготовки | 22 |
| теоретическое обучение | 4 |
| практические занятия | 30 |
| Самостоятельная работа | 2 |
| Консультации | 2 |
| Промежуточная аттестация (экзамен) | 6 |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры»

| Наименование разделов и тем | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Введение в специальность. История и организация адаптивной физической культуры. | | 6/1 | |
| Тема 1.1. Понятие адаптивного физического воспитания | Содержание учебного материала | 1 | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Основные понятия и термины адаптивной физической культуры | | |
| | Практические занятия | 3 | |
| | Цель, содержание, сущность, задачи и опорные концепции методологии адаптивной физической культуры. Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре. Виды адаптивной физической культуры. Принципы адаптивной физической культуры. История и становление системы специального образования в России. Система обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья в РФ | | |
| Самостоятельная работа обучающихся | 2 | | |
| Законодательные основы АФВ | | | |
| Раздел 2. Теоретико-методологические аспекты адаптивной физической культуры | | 30/27 | |
| Тема 2.1. Функции и принципы адаптивной физической культуры | Содержание учебного материала | 1 | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Функции адаптивной физической культуры. Принципы адаптивной физической культуры | | |
| | Практические занятия | 4 | |
| | Педагогические функции. Социальные функции. Социальные принципы адаптивной физической культуры. Общепедagogические принципы адаптивной культуры. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья | | |
| Самостоятельная работа обучающихся | - | | |
| Тема 2.2. Характеристика занятий по адаптивному физическому воспитанию детей | Содержание учебного материала | 5/5 | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Практические занятия | | |
| | Характерные особенности проведения занятий, подготовки места проведения, обеспечение техники безопасности. Основные средства физической культуры, подбор физических упражнений, их дозировки, использование технических средств и различных приспособлений. Разработка текущего и этапного планирования в адаптивном физическом воспитании детей. Медико-психологический и педагогический контроль за занимающимися. Формы самоконтроля | | |

| | | | |
|---|--|------------|--|
| | Самостоятельная работа обучающихся | - | |
| Тема 2.3. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре | Содержание учебного материала | 5/4 | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Методические принципы обучения двигательным действиям. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре | 1 | |
| | Практические занятия | | |
| | Методы обучения двигательным действиям. Этапы обучения двигательного действия. Особенности обучения двигательным действиям инвалидов различных нозологических групп | 4 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | - | |
| Тема 2.4. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре | Содержание учебного материала | 9/8 | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических способностей. Методы развития физических качеств и способностей | 1 | |
| | Практические занятия | | |
| | Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Составление опорной схемы: «Автономные физические упражнения». Практическое изучение: «Технология императивного развития физических способностей». Составление практических ситуаций, опираясь на принципы физического воспитания и спорта | 8 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | - | |
| Тема 2.5. Адаптивный спорт | Содержание учебного материала | 6/- | ОК 1 – 09, ПК 1.1 - 1.6, 2.1 - 2.8, 3.1 - 3.5 |
| | Практические занятия | | |
| | Федерации и организации инвалидного спорта. Спортивное движение глухих. Федерация спорта слепых. Паралимпийское движение. Международная федерация для лиц с нарушением интеллекта и «Всероссийская федерация спорта лиц с интеллектуальными нарушениями». «Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата». Международная Специальная Олимпиада и Специальная Олимпиада России. Физкультурно-оздоровительные клубы и спортивно-адаптивные школы и отделения инвалидов. Показания и противопоказания для занятий физической культурой и спортом для инвалидов. Соревнования и виды спорта для инвалидов. Правила спортивных соревнований для инвалидов. Определение права на участие спортсмена в соревнованиях. Положение о соревнованиях | 6 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся | - | |
| Консультация | | 2 | |
| Промежуточная аттестация | | 6 | |
| Всего: | | 44 | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебных кабинета теории и истории физической культуры; универсального спортивного зала, тренажерного зала; лаборатория – не предусмотрена.

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор или телевизор, подключенный к компьютеру;
- персональные компьютеры;
- принтер и сканер.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Для преподавателей

1. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 158 с. 2.
2. Макеева В.С. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учебно- методическое пособие/ Макеева В.С.— Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019.— 132 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/33444>.— ЭБС «IPRbooks»,
3. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 279 с.

Для студентов

1. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 158 с. 2.
2. Макеева В.С. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учебно- методическое пособие/ Макеева В.С.— Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и

выживания (МАБИВ), 2019.— 132 с.— Режим доступа:
<http://www.iprbookshop.ru/33444>.— ЭБС

«IPRbooks»,

3. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования /В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 279 с.

Дополнительные источники

Для преподавателей

1. Беляев А.а. Методика организации научно-исследовательской работы студентов А.А. Беляев // Социально-политические науки- 1990- № 11.
2. Кузнецов И.Н. Научное исследование: методика проведения и оформления /И.Н. Кузнецов- М: Дашков и К, 2016г.
3. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Евсеев С.П., Томилова М.В., Евсеева О.Э.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 96 с.— Режим доступа:
<http://www.iprbookshop.ru/40820>.— ЭБС «IPRbooks

Для студентов

1. Беляев А.а. Методика организации научно-исследовательской работы студентов А.А. Беляев // Социально-политические науки- 1990- № 11.
2. Кузнецов И.Н. Научное исследование: методика проведения и оформления /И.Н. Кузнецов- М: Дашков и К, 2016г.
3. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Евсеев С.П., Томилова М.В., Евсеева О.Э.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 96 с.— Режим доступа:
<http://www.iprbookshop.ru/40820>.— ЭБС «IPRbooks

Профессиональные базы данных

pravo.gov.ru - Официальный интернет-портал правовой информации

www.edu.ru – Федеральный портал Российское образование

<https://sportrf.gov.ru/> - Государственная информационная система «Спорт»

<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/> -

Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|--|
| <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять подбор оптимальных средств и методов различных оздоровительных технологий - планировать проведение системы занятий оздоровительными технологиями физической культуры - проводить отдельные занятия оздоровительных технологий физической культуры - дозировать нагрузку и отдых при проведении занятий оздоровительными технологиями физической культуры <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю возникновения и эволюцию оздоровительных технологий физической культуры - средства, методы, формы и принципы проведения занятий оздоровительными технологиями - влияние средств физической культуры при направленном их применении в области оздоровления | <p>составление конспектов урока, проведение уроков, анализ урока</p> <p>проведение уроков</p> <p>проведение отдельных частей урока</p> <p>разработка конспектов урока</p> <p>подготовка реферата</p> <p>разработка комплексов упражнений ЛФК</p> <p>доклад по теме</p> |

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

| | |
|--|--------------|
| № изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением; | |
| БЫЛО | СТАЛО |
| Основание: | |
| Подпись лица, утвердившего изменения | |