

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Самарский государственный экономический университет»

Сызранский филиал ФГБОУ ВО

«Самарский государственный экономический университет»

## АННОТАЦИЯ

по дисциплине «Адаптивная физическая культура и спорт»

Направление подготовки 38.03.01 Экономика

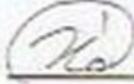
Образовательные программы

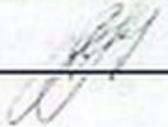
Бухгалтерский учет, анализ и аудит

Финансы и кредит

Экономика и управление в государственной и муниципальной сферах

Соответствует РПД

Зав. кафедрой  Л.А. Иванова/

 УМУ СГЭУ

Самара 2016 г.

## 1. Цели и задачи дисциплины

Рабочая программа элективного курса по физической культуре «Адаптивная физическая культура и спорт» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (уровень бакалавриата), компетентностным подходом, реализуемым в системе высшего образования.

**Целью** адаптивной физической культуры (АФК) студентов, как вида физической культуры является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, и обеспечение оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизация для максимально возможной самоактуализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Задачи, решаемые в АФК, должны ставиться исходя из конкретных потребностей каждого студента; приоритет тех или иных задач во многом обуславливается компонентом (видом) АФК, учебным материалом, материально-техническим обеспечением образовательного процесса и другими факторами.

В самом обобщенном виде **задачи** в АФК можно разделить на две группы.

Первая группа задач вытекает из особенностей занимающихся лиц с отклонением здоровья и (или) инвалидов. Это коррекционные, компенсаторные и профилактические задачи.

Говоря о коррекционных задачах, имеют в виду нарушения (дефекты) не только опорно-двигательного аппарата (осанка, плоскостопие, ожирение и т.п.), но и сенсорных систем (зрения, слуха), речи, интеллекта, эмоционально-волевой сферы, соматических функциональных систем и др.

Вторая группа – образовательные, воспитательные, оздоровительно-развивающие задачи – наиболее традиционные для ФК.

Физическое состояние, которым обладают люди с ОВЗ и формирующееся в процессе психического развития и социализации, осознание своего физического состояния и связанных с ним ограничений не позволяет им комфортно чувствовать себя в среде здоровых людей, что приводит к «закрыванию» личности в собственном мире и создает некомфортную среду проживания (с физическими ограничениями и психологическими барьерами). Физическое состояние – это уровень физического развития, физической подготовленности и функционального состояния важнейших систем человека – нервной, сердечно-сосудистой, мышечной, эндокринной и др.

Для студентов с физическими ограничениями независимо от категорий, этиологии и патогенеза (врожденные или приобретенные; наследственные, хромосомные, родовые, инфекционные; по зрению, слуху, интеллекту, опорно-двигательному аппарату, лимфо-флебопатологии, психосоматике, челюстно-лицевым, кардиореспираторным и др.) для сферы физкультурно-оздоровительной деятельности характерны ограничение их двигательной активности, ухудшение физических качеств: силы, скорости, выносливости, ловкости, гибкости, пространственной ориентации, вестибулярной устойчивости, реакции на движущийся объект, скоростно-силовой выносливости, координационных качеств, микро- и макромоторики, зрительно-двигательной реакции и др. деятельности.

У лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата (врожденное недоразвитие, частичная или полная ампутация конечности) происходит нарушение или потеря двигательных функций, а, следовательно, нарушение физического и психического развития студента, появляются различные двигательные компенсации и вторичные деформации, которые усугубляют неблагоприятное влияние недоразвития или ампутации. Для данной категории людей в первую очередь необходимо сделать акцент на коррекцию нарушений психомоторного развития студента и формирование двигательных компенсаций, а также на мобилизацию подвижности в сохраненных суставах и развития силы мышц сохранившихся сегментов недоразвитых конечностей.

При заболеваниях центральной нервной системы так же происходит потеря двигательных функций одной или нескольких конечностей, которая часто сочетается с различными нарушениями психики, а иногда и интеллекта.

Новизна программы заключается в применении в целях реабилитации комплекса оздоровительных и корректирующих процедур в условиях плавательного бассейна. Размеры плавательного бассейна (9 м×25 м), особенно небольшая глубина, позволяют проводить занятия со студентами не умеющими плавать. В водной среде (в отличие от пребывания человека на суше) легче физически управлять телом и двигаться (за счет состояния «невесомости», изменения ощущения силы тяжести), снижается травмоопасность двигательной деятельности, физической нагрузки на опорно-двигательный аппарат (ОДА). Массирующее действие воды, разгрузка позвоночника, свобода движений в безопорной среде укрепляют мышцы, связки, суставы, усиливают обменные процессы, периферическое кровообращение, глубину дыхания, улучшают сон, аппетит, настроение реабилитанта. Занятия в плавательном бассейне способствуют улучшению эмоционально-психического состояния всех категорий занимающихся, что ускоряет процесс коррекции и реабилитации.

## **2. Место дисциплины в структуре ОП**

Элективный курс по физической культуре «Адаптивная физическая культура и спорт» входит в вариативную часть блока Б.1 «Дисциплины (модули)».

Изучение дисциплины основывается на знаниях, умениях и навыках, приобретенных обучающимся при изучении дисциплины «Физическая культура» в рамках основного общего образования и «Физическая культура» (базовая часть).

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Изучение элективного курса по физической культуре «Адаптивная физическая культура и спорт» в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующей общекультурной компетенции:

ОК-8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Элективный курс по физической культуре «Адаптивная физическая культура и спорт» реализует формирование данной компетенции и является для ее формирования основной.

В результате изучения дисциплины студент должен:

### Знать:

- методические принципы, методы и средства физического воспитания;
- основы ЗОЖ;
- основы самостоятельных занятий физической культурой;
- содержание производственной физической культуры и профессионально-прикладной физической подготовки;
- особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.

### Уметь:

- применять принципы, средства и методы физического воспитания с целью укрепления здоровья, физического самосовершенствования и достижения должного уровня физической подготовленности, формирования здорового образа и стиля жизни;
- формировать двигательные умения и физические качества, необходимые для выполнения профессиональной деятельности;
- использовать формы, методы и средства физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.

Владеть:

- навыками самостоятельного применения принципов, средств и методов физического воспитания с целью укрепления здоровья, физического самосовершенствования и достижения должного уровня физической подготовленности;
- методикой формирования двигательных умений и навыков, физических и психических качеств, необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**4. Объем и виды учебной работы**

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы для студентов очной формы обучения:

Таблица 1

Вид учебной работы	Всего часов (зачетных единиц)	Семестры					
		I	II	III	IV	V	VI
Аудиторные занятия (всего)	328	54	54	54	54	54	58
В том числе:							
Лекции	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (ПЗ)	328	54	54	54	54	54	58
Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	-	-	-	-	-	-	-
В том числе:							
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-	-	-	-	-
Контрольная работа	-	-	-	-	-	-	-
Другие виды самостоятельной работы	-	-	-	-	-	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость (в часах)	328	54	54	54	54	54	58