

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

15 июня 2023 г., протокол УМС №5

## **Современные методы оценки влияния физических нагрузок на организм занимающихся адаптивной физической культурой** **рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой	<b>Медико-биологических основ физической культуры</b>	
Учебный план	g490402-ФизРеаб-23-1.plx 49.04.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА) Направленность (профиль): Физическая реабилитация и оздоровление в адаптивном физическом воспитании и спорте	
Квалификация	<b>Магистр</b>	
Форма обучения	<b>очная</b>	
Общая трудоемкость	<b>2 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах: зачеты 2
в том числе:		
аудиторные занятия	32	
самостоятельная работа	40	

### **Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
	Неделя			
	17 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	40	40	40	40
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

*к.б.н., зав. кафедрой, доцент, Мальков М.Н.*

Рабочая программа дисциплины

**Современные методы оценки влияния физических нагрузок на организм занимающихся адаптивной физической культурой**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 946)

составлена на основании учебного плана:

49.04.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Направленность (профиль): Физическая реабилитация и оздоровление в адаптивном физическом воспитании и спорте утвержденного учебно-методическим советом вуза от 15.06.2023 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Медико-биологических основ физической культуры**

Зав. кафедрой Мальков Михаил Николаевич, к.б.н., доцент

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Целью освоения дисциплины «Современные методы оценки влияния физических нагрузок на организм занимающихся адаптивной физической культурой» является приобретение теоретических знаний по последним достижениям науки в вопросах повышения эффективности различных видов деятельности в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
-----	---

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	ФТД
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Основы научных исследований в области физической культуры и спорта
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Физическая культура в специальной медицинской группе образовательных организаций высшего образования
2.2.2	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.3	Фитнес в адаптивной физической культуре
2.2.4	Производственная практика, профессионально-ориентированная практика
2.2.5	Производственная практика, научно-исследовательская работа

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ПК-5.1:** Осуществлять поиск новейших методик по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте

**ПК-3.1:** Способен осуществлять поиск новых теорий, технологий и методов в профессиональной деятельности

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	современное оборудование, методы для диагностики показателей систем организма человека с отклонениями в состоянии здоровья, занимающегося физической культурой;
3.1.2	современные наукометрические базы данных, позволяющие выполнять поиск новейших методик по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	использовать наукометрические базы данных, позволяющие выполнять поиск новейших методик по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте
3.2.2	осуществлять поиск теорий, новых технологий и методов в профессиональной деятельности
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	поиска информации о новейших методиках по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте в наукометрических базах данных
3.3.2	поиска теорий, новых технологий и методов в профессиональной деятельности

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1. Оценка влияния физических нагрузок на организм занимающихся адаптивной физической культурой</b>					
1.1	Организация контроля за состоянием организма занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья /Лек/	2	2	ПК-3.1	Л1.3Л2.1	
1.2	Оценка показателей здоровья занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья. /Лек/	2	10	ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.3	

1.3	Оценка показателей здоровья занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья. /Пр/	2	6	ПК-3.1	Л1.1Л2.3Л3.1	
1.4	Оценка показателей здоровья занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья. /Ср/	2	14	ПК-3.1	Л1.1 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.3Л3.1 Э1	
1.5	Использование наукометрических баз данных для поиска информации о новейших методиках по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте /Пр/	2	8	ПК-5.1	Э1 Э2 Э3	
1.6	Использование наукометрических баз данных для поиска информации о новейших методиках по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте /Ср/	2	20	ПК-5.1	Э1 Э2 Э3	
1.7	Методы статистической обработки данных в сфере адаптивной физической культуры /Лек/	2	2	ПК-3.1	Л2.2	
1.8	Исследование динамики показателей тренированности занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья /Лек/	2	2	ПК-5.1 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1	
1.9	Исследование динамики показателей тренированности занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья /Пр/	2	2	ПК-5.1 ПК-3.1	Л1.1 Л1.3Л2.1 Э1 Э2 Э3	
1.10	Исследование динамики показателей тренированности занимающихся физической культурой с отклонениями в состоянии здоровья /Ср/	2	6	ПК-5.1 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Э1 Э2 Э3	
1.11	/Контр.раб./	2	0	ПК-5.1 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.3 Э1 Э2 Э3	Контрольная работа
1.12	/Зачёт/	2	0	ПК-5.1 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	Зачет

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Акатова А.А., Абызова Т.В.	Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре: учебное пособие	Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015, электронный ресурс	1

Л1.2	Федорова Т. Н., Налобина А. Н.	Разработка и реализация индивидуальной программы реабилитации больного/инвалида: Учебное пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019, электронный ресурс	1
Л1.3	Рубанович В. Б.	Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: Учебное пособие	Москва: Юрайт, 2022, электронный ресурс	1
Л1.4	Кондаков В. Л., Горелов А. А., Румба О. Г., Копейкина Е. Н.	Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023, электронный ресурс	1

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1		Спортивная медицина. Справочник для врачей и тренеров	Moscow: Человек, 2013, электронный ресурс	2
Л2.2	Пашкевич О.И.	Статистическая обработка эмпирических данных в системе STATISTICA: учебно-методическое пособие	Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2014, электронный ресурс	1
Л2.3	Ландырь А. П., Ачкасов Е. Е., Медведев И. Б.	Тесты с дозируемой физической нагрузкой в спортивной медицине	Москва: Издательство «Спорт», 2019, электронный ресурс	1

#### 6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Вишневский В. А.	Физкультурно-оздоровительные технологии в образовании: учебно-методическое пособие для лабораторных работ	Сургут: Сургутский государственный университет, 2015, Физкультурно-оздоровительные технологии в образовании электронный ресурс	2

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научная электронная библиотека <a href="https://elibrary.ru/defaultx.asp">https://elibrary.ru/defaultx.asp</a>
Э2	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>
Э3	Медицинская база данных PubMed <a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/</a>

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Информационно-правовой портал Гарант.ру <a href="https://www.garant.ru/">https://www.garant.ru/</a> , Справочно-правовая система «Консультант плюс» <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
---------	---

### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации оснащена: специализированной учебной мебелью, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, компьютеры с возможностью выхода в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду. Оборудование для регистрации антропометрических, физиологических показателей организма человека, показателей психоэмоционального состояния человека.
-----	---