

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИВАНОВСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
Кафедра гуманитарных и общепрофессиональных наук**

**УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО
«Ивановский юридический институт»**

_____ **В.Г. Лахов**

«__» _____ 2026г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

УГН:	40.00.00 Юриспруденция
Направление подготовки:	40.05.02 Правоохранительная деятельность
Специализация:	Оперативно-розыскная деятельность
Квалификация выпускника:	Юрист
Форма обучения:	Заочная
Срок обучения:	5 лет 6 месяцев

Иваново 2026

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с ФГОС ВО – специалитет по специальности 40.05.02. Правоохранительная деятельность специализация - оперативно-розыскная деятельность одобренного Учёным советом института (протокол № 3 от 04.12.2025г.)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе для обучения студентов по ОПОП ВО специалитет по специальности 40.05.02. Правоохранительная деятельность специализация - оперативно-розыскная деятельность, на заседании кафедры гуманитарных и общепрофессиональных наук (протокол №1 от 04.12.2025г.)

Заведующий кафедры _____
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)

Разработчик программы _____
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)

Заведующая библиотекой _____ Стегнина О.А.
(ФИО)

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ рабочей программы дисциплины (модуля)

наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

для набора _____ года на _____ уч.г.¹

Краткое содержание изменения	Дата и номер протокола заседания кафедры

Актуализация выполнена²: _____
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

_____ «__» _____ 20__ г.
подпись

Зав. кафедрой _____
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

_____ «__» _____ 20__ г.
подпись

¹ Указанный протокол заполняется при актуализации РП по дисциплине (модулю) на учебный год, в течение которого соответствующая дисциплина (модуль) будет преподаваться (если год набора отличается от года преподавания дисциплины (модуля)).

² Если отдельные элементы РП актуализированы разными педагогическими работниками, то необходимо указать соответствующую информацию, обеспечить подписание документа всеми педагогическими работниками.

Оглавление

	Наименование разделов	Стр.
1.	Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы	5
2.	Указание места дисциплины в структуре образовательной программы	6
3.	Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	6
4.	Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	7
5.	Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	11
6.	Образовательные технологии. Технологии использования воспитательного потенциала дисциплины	11
7.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	13
8.	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	22
9.	Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины	23
10.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	23
11.	Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)	24
12.	Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	24
13.	Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	25
14.	Лист дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу	26

1 Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1 Цель дисциплины

Формирование физической культуры личности и способности оптимального использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

- изучение социальной роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной и социальной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование практических знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, участие в занятиях физической культурой и спортом, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение средствами дисциплины общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность личности к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения социальных и профессиональных целей.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Обучающиеся должны знать:

- ценности физической культуры, значение физической культуры в жизнедеятельности человека;
- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, о путях использования физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- особенности двигательного режима и других условий работы;
- порядок организации оздоровительной, физкультурной и спортивной работы;
- основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
- основы контроля за состоянием здоровья.

уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; осуществлять подбор необходимых прикладных

физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды;

- использовать средства и методы формирования двигательных навыков;
- использовать средства и методы развития значимых физических и психофизических качеств;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

владеть:

- навыками повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- методами формирования в процессе активной творческой деятельности здорового образа жизни.
- навыками выполнения на положительную оценку контрольных упражнений рабочей программы по адаптивной физической культуре;
- навыками самостоятельного поддержания средствами физической культуры и спорта необходимого физического уровня для эффективного решения задач в профессиональной деятельности и по укреплению здоровья.

У обучающихся формируется следующая компетенция:

- выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма (УК-7.1);
- планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2);
- соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3).

2 Указание места дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: Адаптивная физическая культура» является одной из элективных дисциплин по физической культуре и спорту, является обязательной для освоения, не включена в объем программы специалитета. Изучается на 2 курсе в 3 и 4 семестре.

3 Объём дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоёмкость (объём) дисциплины составляет 328 академических часов.

Таблица 3 – Объём дисциплины

Виды учебной работы	Всего часов
Общая трудоёмкость дисциплины	328
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	10
в том числе:	
лекции	0
лабораторные занятия	0
практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	318
зачёт	предусмотрен
экзамен	не предусмотрен

4 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Содержание дисциплины

Таблица 4.1.1 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1	2	3
1.	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой	Требования безопасности и гигиены к месту проведения занятий по физической культуре с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, а также к спортивному оборудованию и инвентарю
2.	Коррекция техники основных движений	Коррекция техники основных движений: ходьбы, бега, плавания, прыжков, лазания, перелезания, метания, мелкой моторики, симметричных и асимметричных движений, упражнения с предметами и др. Оздоровительная и корригирующая гимнастика. Упражнения на формирование правильной осанки (без предметов и с предметами), локальное развитие мышц туловища, профилактику плоскостопия. Упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые сидя, стоя на месте и в движении. Упражнения на профилактику нарушений зрения. Упражнения на чередование напряжения и расслабление мышц. Упражнения с мелким спортивным инвентарем (мячами, гимнастическими палками, скакалками).
3.	Коррекция и развитие координационных способностей	Коррекция и развитие координационных способностей – согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и т.п.
4.	Компенсация утраченных или нарушенных функций.	Компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохраненных функций в случае невозможности коррекции. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на

		различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы. Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.
5.	Профилактика и коррекция соматических нарушений	Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методики закаливания воздухом, солнцем, водой. Использование на занятиях элементов оздоровительных систем.
6.	Коррекция и развитие сенсорных систем	Коррекция и развитие сенсорных систем: - дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению; - развитие зрительной и слуховой памяти; Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям; - дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.д. Классическая аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями, меняя ритм и направление движений, под музыкальное сопровождение. Фитбол-аэробика: упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с максимальным мышечным напряжением (5-30 с) из различных исходных положений.
7.	Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности	Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, наглядно-образного и вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
8.	Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений.	Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг). Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Владение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья. Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Обучение дыхательным упражнениям (по методике А. Стрельниковой, к. Бутейко и др.), направленным на

		активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы.
9.	Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
10.	Параолимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.	История развития параолимпийского движения в мире. Факторы, тенденции и условия, обусловившие появление и развитие адаптивного спорта.

Таблица 4.1.2 - Содержание дисциплины и ее методическое обеспечение

№ п/п	Раздел (тема) курса	Виды деятельности			Учебно-методические материалы	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)	Компетенции
		лек. час	№ лаб.	№ пр.			
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой	-	-	1	У-1,2 МУ-1	С 1	УК-7
2.	Коррекция техники основных движений	-	-	2	У-1, 2, 5, 6 МУ-1, 3	С 2 Ин 2	УК-7
3.	Коррекция и развитие координационных способностей	-	-	3	У-1, 2, 5, 6 МУ-1, 3	С 3 Ин 3	УК-7
4.	Компенсация утраченных или нарушенных функций.	-	-	4	У-1, 2, 5, 6 МУ-1, 3	С 4 Ин 4	УК-7
5.	Профилактика и коррекция соматических нарушений	-	-	5	У-1, 2, 5, 6 МУ-1, 3	С 5 Ин 5	УК-7
6.	Коррекция и развитие сенсорных систем	-	-	6	У-1, 2 МУ-1, 3	С 6 Ин 6	УК-7
7.	Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности	-	-	7	У-1, 2 МУ-1, 3	С 7 Ин 7	УК-7
8.	Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений.	-	-	8	У-1, 2 МУ-1, 2, 3	С 8 Ин 8	УК-7
9.	Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	-	-	9	У-1, 2, 7 МУ-1, 3	С 9 Ин 9	УК-7
10	Параолимпийское движение	-	-	10	У-1, 2	С 10	УК-7

– основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.				МУ-1, 3	Р 1	
---	--	--	--	---------	-----	--

С – собеседование, Р – реферат, Ин – индивидуальный норматив

4.1 Лабораторные работы и/или практические занятия

4.1.1 Практические занятия

Таблица 4.2.1 - Практические занятия

№ занятия	Наименование практического (семинарского) занятия	Объем, час.
1	2	3
1-3	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	2,5
4-6	Компенсация утраченных или нарушенных функций. Профилактическая и оздоровительная гимнастика. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	2,5
7-8	Коррекция и развитие координационных способностей. Освоение методов мышечной релаксации. Основы биомеханической структуры движений. Основы дыхательных упражнений. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	2,5
9-10	Профилактика и коррекция соматических нарушений. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Прикладная аэробика. Стретчинг. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	2,5
Итого		10

4.3. Самостоятельная работа студентов (СРС)

Таблица 4.3.1 Самостоятельная работа студентов

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины	Срок выполнен.	Время, затрачиваемое на СРС, час
1	2	3	4
1.	Разучивание совершенствования упражнений	9 семестр	45
2.	Самодиагностика состояния организма	9 семестр	45
3.	Оздоровительная гимнастика	9 семестр	45
4.	Дыхательные упражнения	9 семестр	45
5.	Освоение методов мышечной релаксации	9 семестр	46
6.	Стретчинг	9 семестр	46
7.	Прикладная аэробика	9 семестр	46
Итого			318

5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Обучающиеся могут при самостоятельном изучении отдельных тем и вопросов дисциплин пользоваться учебно-наглядными пособиями, учебным оборудованием и методическими разработками кафедры в рабочее время, установленное Правилами внутреннего распорядка работников.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по данной дисциплине организуется:

библиотекой института:

- библиотечный фонд укомплектован учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с УП и данной РПД;

- имеется доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

кафедрой:

- путем обеспечения доступности всего необходимого учебно-методического и справочного материала;

- путем предоставления сведений о наличии учебно-методической литературы, современных программных средств.

- путем разработки:

- методических рекомендаций по организации самостоятельной работы студентов.

типографией института:

- помощь авторам в подготовке и издании научной, учебной и методической литературы;

- удовлетворение потребности в тиражировании научной, учебной и методической литературы.

6 Образовательные технологии. Технологии использования воспитательного потенциала дисциплины

Реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования универсальных компетенций обучающихся. В рамках дисциплины предусмотрены встречи с экспертами и специалистами Комитета по труду и занятости населения Ивановской области.

Таблица 6.1 - Интерактивные образовательные технологии, используемые при проведении аудиторных занятий

№	Наименование раздела (темы лекции, практического или лабораторного занятия)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Объем, час.
1	2	3	4
1	<p>Основы техники безопасности на занятиях физической культурой. Коррекция техники основных движений. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля</p>	<p>Собеседование. Творческие задания. Диалоги. Проблемно-ситуационная, игровая и соревновательная технологии.</p>	1
2.	<p>Компенсация утраченных или нарушенных функций. Профилактическая и оздоровительная гимнастика. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля</p>	<p>Собеседование. Творческие задания. Диалоги. Проблемно-ситуационная, игровая и соревновательная технологии.</p>	1
3.	<p>Коррекция и развитие координационных способностей. Освоение методов мышечной релаксации. Основы биомеханической структуры движений. Основы дыхательных упражнений. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.</p>	<p>Собеседование. Творческие задания. Диалоги. Проблемно-ситуационная, игровая и соревновательная технологии.</p>	2

4.	Профилактика и коррекция соматических нарушений. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Прикладная аэробика. Стретчинг. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля	Собеседование. Творческие задания. Диалоги. Проблемно-ситуационная, игровая и соревновательная технологии.	2
5.	Коррекция и развитие сенсорных систем. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности. Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений. Релаксация. Закаливание и его значение для организма	Собеседование. Творческие задания. Диалоги. Проблемно-ситуационная, игровая и соревновательная технологии.	2
6.	Параолимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.	Собеседование.	2
Итого			10

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции, содержание компетенции	Этапы формирования компетенций и дисциплины (модули) при изучении которых формируется данная компетенция		
	начальный	основной	завершающий
1	2	3	4

<p>УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>	<p>Физическая культура и спорт Базовые физкультурно-спортивные виды Адаптивная физическая культура Единоборства (рукопашный бой) Единоборства (ножевой бой)</p>	<p>Производственная правоохранительная практика Базовые физкультурно-спортивные виды Новые физкультурно-спортивные виды Практическая физическая культура для специальной группы Адаптивная физическая культура</p>	<p>Делопроизводство и режим секретности в административной деятельности полиции Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>
<p>УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p>Физическая культура и спорт Базовые физкультурно-спортивные виды Адаптивная физическая культура Единоборства (рукопашный бой) Единоборства (ножевой бой)</p>	<p>Трудовое право Производственная правоохранительная практика Базовые физкультурно-спортивные виды Новые физкультурно-спортивные виды Практическая физическая культура для специальной группы Адаптивная физическая культура</p>	<p>Делопроизводство и режим секретности в административной деятельности полиции Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>
<p>УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>Физическая культура и спорт Базовые физкультурно-спортивные виды Адаптивная физическая культура Единоборства (рукопашный бой) Единоборства (ножевой бой)</p>	<p>Производственная правоохранительная практика Базовые физкультурно-спортивные виды Новые физкультурно-спортивные виды Практическая физическая культура для специальной группы Адаптивная физическая культура</p>	<p>Делопроизводство и режим секретности в административной деятельности полиции Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за практикой	Уровень сформированности компетенции- Пороговый (зачтено)	Уровень сформированности компетенции- Продвинутый (зачтено)	Уровень сформированности компетенции- Высокий (зачтено)
УК-7.1 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности и</p> <p>УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>Знать: Сущность здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни</p> <p>Уметь: Использовать средства и методы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p>Владеть: Навыками использования здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>	<p>Знать: Сущность здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни. Принципы планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>Уметь: Использовать средства и методы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Применять принципы планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>Владеть: Навыками</p>	<p>Знать: Сущность здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни. Принципы планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p>Уметь: Использовать средства и методы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Применять принципы планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Применять нормы</p>

			<p>использования здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Навыками планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p>здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p>Владеть:</p> <p>Навыками использования здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Навыками планирования рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Навыками применения норм различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>
--	--	--	---	---

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 7.3 - Паспорт комплекта оценочных средств для текущего контроля

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или её части)	Технология формирования	Оценочные средства		Описание шкал оценивания
				Наименование	№№ заданий	
1	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	УК-7	Практическое занятие	Собеседование Индивидуальный норматив	1-10	Согласно табл.7.2
2	Компенсация утраченных или нарушенных функций. Профилактическая и оздоровительная гимнастика. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	УК-7	Практическое занятие	Собеседование Индивидуальный норматив	1-10	Согласно табл.7.2
3	Коррекция и развитие координационных способностей. Освоение методов мышечной релаксации. Основы биомеханической структуры движений. Основы дыхательных упражнений. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	УК-7	Практическое занятие	Собеседование Индивидуальный норматив	1-10	Согласно табл.7.2
4	Профилактика и коррекция соматических нарушений. Разучивание совершенствования упражнений для различных групп мышц. Прикладная аэробика. Стретчинг. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.	УК-7	Практическое занятие	Собеседование Индивидуальный норматив	1-10	Согласно табл.7.2

Типовые задания для промежуточной аттестации
 Примеры типовых контрольных заданий для текущего контроля.
 Контрольно-зачетные нормативы и требования
 для оценки индивидуального уровня физической и функциональной подготовленности
 обучающихся по адаптивной физической культуре

№ п/п	Содержание	Форма оценки Сроки (сем)	Контрольно-зачетные нормативы и требования
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на коленях (девушки)	Балл	2-6
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши)	Балл	2-6
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены	Балл	2-6
4	Подтягивание на перекладине (юноши)	Балл	2-6
5	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))	Балл	2-6
6	Подтягивание на низкой перекладине из положения лежа на спине (девушки)	Балл	2-6
7	Отжимание от стены из и.п. стоя на вытянутые руки (девушки)	Балл	2-6
8	Жим штанги руками из положения лежа на скамье (юноши)	Балл	2-6
9	Плавание (без учета времени; длина дистанции - от уровня подготовленности)	Балл	2-6
10	Составление комплекса упражнений утренней гимнастики	Балл	2-6
11	Проведение комплекса упражнений утренней гимнастики Зачет	Балл	2-3
12	Составление комплекса упражнений с учетом особенностей заболевания занимающихся Зачет	Балл	2-6
13	Составление комплекса производственной гимнастики с учетом особенностей будущей профессии Зачет	Балл	2-6
14	Контрольные функциональные пробы и тесты 1 Функциональная проба (тест Рюффье) Оценка	Оценка	2-6
15	Ортостатическая функциональная проба	Оценка	2-6
16	Проба Штанге, проба Генчи Оценка	Оценка	2-6

Контрольно-зачетные нормативы и требования выполняют только обучающиеся, не имеющие противопоказаний к выполнению движений и упражнений данного вида. У обучающихся, не имеющих противопоказаний, отслеживается динамика результатов по семестрам. Для допуска к зачету по дисциплине обучающийся должен выполнить программу семестра, а именно:

- освоить обязательные задания программы;
- выполнить упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом имеющегося заболевания по рекомендации врача.

Полностью оценочные средства представлены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

Примерные темы и этапы подготовки реферативных работ для студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой и спортом.

Этапы:

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания обучающегося. Двигательный режим.
2. Физическая культура и спорт как социальные феномены. Физическое воспитание в системе высшего образования России.
3. Физическая культура в жизни обучающихся в системе высшего образования России.

Контроль и его виды на занятиях физической культурой и спортом. Развитие физических качеств.

4. Спорт, особенности занятий, самоконтроль при занятиях спортом.

5. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающегося.

Производственная гимнастика.

Вопросы для собеседования по теме «Основы техники безопасности на занятиях физической культурой»

1. Требования безопасности и гигиены к месту проведения занятий по физической культуре с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

2. Требования безопасности и гигиены к спортивному оборудованию.

3. Требования безопасности и гигиены к спортивному инвентарю.

Вопросы для собеседования по теме «Коррекция техники основных движений».

1. Коррекция техники основных движений: ходьбы, бега, плавания, прыжков, лазания, перелезания, метания, мелкой моторики, симметричных и асимметричных движений, упражнения с предметами и др.

2. Оздоровительная и корригирующая гимнастика.

3. Упражнения на формирование правильной осанки (без предметов и с предметами), локальное развитие мышц туловища, профилактику плоскостопия.

4. Упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые сидя, стоя на месте и в движении.

5. Упражнения на профилактику нарушений зрения.

6. Упражнения на чередование напряжения и расслабление мышц.

7. Упражнения с мелким спортивным инвентарем (мячами, гимнастическими палками, скакалками).

Вопросы для собеседования по теме «Коррекция и развитие координационных способностей»

1. Коррекция и развитие координационных способностей.

2. Согласованность движений отдельных звеньев тела при выполнении физических упражнений.

3. Согласованность движений отдельных звеньев тела при ориентировке в пространстве.

4. Согласованность движений отдельных звеньев тела при дифференцировке усилий.

5. Согласованность движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве.

6. Согласованность движений отдельных звеньев тела при расслаблении.

7. Согласованность движений отдельных звеньев тела при быстроте реагирования на изменяющиеся условия.

8. Согласованность движений отдельных звеньев тела при зрительно-моторной координации.

Вопросы для собеседования по теме «Компенсация утраченных или нарушенных функций».

1. Компенсация утраченных или нарушенных функций.

2. Формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции.

3. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера).

4. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи).

5. Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений.

6. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.

7. Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

Вопросы для собеседования по теме «Профилактика и коррекция соматических нарушений».

1. Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
2. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.
3. Профилактика травматизма, микротравм.
4. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию.
5. Методики закаливания воздухом, солнцем, водой.
6. Использование на занятиях элементов оздоровительных систем.

Вопросы для собеседования по теме «Коррекция и развитие сенсорных систем».

1. Коррекция и развитие сенсорных систем:
 - дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
 - развитие зрительной и слуховой памяти;
2. Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям;
 - дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.д.
3. Классическая аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями, меняя ритм и направление движений, под музыкальное сопровождение.
4. Фитбол-аэробика: упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с максимальным мышечным напряжением (5-30 с) из различных исходных положений.

Вопросы для собеседования по теме «Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности».

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Вопросы для собеседования по теме «Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений».

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).
2. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
3. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья.
4. Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического.
5. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
6. Обучение дыхательным упражнениям (по методике А. Стрельниковой, к. Бутейко и др.), направленным на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

Вопросы для собеседования по теме «Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля».

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.
3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.
4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Вопросы для собеседования по теме «Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта».

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и паралимпийского спорта.
3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

Реферат по теме «Параолимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта»

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры.
2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и паралимпийского спорта.
3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.
5. Компоненты адаптивной физической культуры.

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, регулируются следующими нормативными актами института:

- Положение «О балльно-рейтинговой системе оценивания результатов обучения по дисциплинам (модулям) и практикам при освоении обучающимися образовательных программ»;
- методические указания, используемые в образовательном процессе, указанные в списке литературы.

Для *текущего контроля* по дисциплине в рамках действующей в институте балльно-рейтинговой системы применяется следующий порядок начисления баллов:

Таблица 7.4 - Порядок начисления баллов в рамках БРС

Форма контроля	Минимальный балл		Максимальный балл	
	балл	примечание	балл	примечание
Собеседование по теме «Основы техники безопасности на занятиях физической культурой»	5	Дан неполный ответ по теме собеседования	10	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Коррекция и развитие координационных способностей»	5	Дан неполный ответ по теме собеседования	10	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Компенсация утраченных или нарушенных функций».	5	Дан неполный ответ по теме собеседования	10	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Профилактика и коррекция соматических нарушений»	5	Дан неполный ответ по теме собеседования	10	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Индивидуальный норматив	4	Динамика прироста результатов не прослеживается	8	Динамика прироста результатов прослеживается
Итого	24		48	
Посещаемость	0		16	
Зачет	0		36	
Итого	24		100	

Обучающиеся выполняют разделы программы, контрольно-зачетные тесты и требования, в соответствии с учебной программой. Итоговая отметка по физической культуре в группах по адаптивной физической культуре выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и посещаемости занятий.

8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1. Основная учебная литература

1. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник для студентов /И. С. Барчуков [и др.] под редакцией В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 431 с. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>
2. Чеснова Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие. – М.: Директ-Медиа, 2013.-160 с. Режим доступа: <http://b.biblioclub.ru/>
3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю. И. Евсеев. - 9-е изд., стер. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014. - 448 с. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591>

8.2 Другие учебно-методические материалы

Отраслевые журналы в библиотеке института:
Теория и практика физической культуры

9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<http://www.sport.pu.ru/>- спортивный портал

<http://ftrainer.narod.ru> – сайт учителя физической культуры

http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/ - Система Комплексов Автоматизированных Дидактических Средств

<http://gto-site.ru/normy-dlya-muzhchin/>- всероссийский физкультурно- спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

https://ivurinst.ru/index/3_kurs/0-49 - Электронная библиотека АНО ВО «ИЮИ»

10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Основными видами аудиторной работы студента при изучении дисциплины «Адаптивная физическая культура» являются практические занятия. Студент не имеет права пропускать занятия без уважительных причин.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины завершают практические занятия, которые обеспечивают контроль подготовленности студента; закрепление учебного материала; приобретение опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, в том числе аргументации и защиты выдвигаемых положений и тезисов.

Практическому занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материала, изложенного в учебниках и учебных пособиях, а также литературе, рекомендованной преподавателем.

По согласованию с преподавателем или по его заданию студенты готовят рефераты по отдельным темам дисциплины, выступают на занятиях с докладами. Основу докладов составляет, как правило, содержание подготовленных студентами рефератов.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает по результатам тестирования, собеседования, а также по результатам докладов.

Преподаватель уже на первых занятиях объясняет студентам, какие формы обучения следует использовать при самостоятельном изучении дисциплины «Адаптивная физическая культура»: конспектирование учебной литературы и лекции, составление словарей понятий и терминов и т. п.

В процессе обучения преподаватели используют активные формы работы со студентами: чтение лекций, привлечение студентов к творческому процессу на лекциях, отработку студентами пропущенных лекций, участие в групповых и индивидуальных консультациях (собеседовании). Эти формы способствуют выработке у студентов умения работать с учебником и литературой. Изучение литературы составляет значительную часть самостоятельной работы студента. Это большой труд, требующий усилий и желания студента. В самом начале работы над книгой важно определить цель и направление этой работы. Прочитанное следует закрепить в памяти. Одним из приемов закрепления освоенного материала является конспектирование, без которого немислима серьезная работа над литературой. Систематическое конспектирование помогает научиться правильно, кратко и четко излагать своими словами прочитанный материал.

Самостоятельную работу следует начинать с первых занятий. От занятия к занятию нужно регулярно прочитывать конспект лекций, знакомиться с соответствующими разделами учебника, читать и конспектировать литературу по каждой теме дисциплины. Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю по вопросам дисциплины «Адаптивная физическая культура» с целью освоения и закрепления компетенций.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины «Адаптивная физическая культура» - закрепить теоретические знания, полученные в процессе лекционных занятий, а также сформировать практические навыки самостоятельного анализа особенностей дисциплины.

11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Libreoffice операционная система Windows
Антивирус Касперского (или ESETNOD)

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Специализированная многофункциональная учебная аудитория «Спортивный зал» для занятий по физической культуре, в том числе и для лиц с ОВЗ и спорту с перечнем основного оборудования:

Скамья атлетическая универсальная;
Стеллаж для гантелей;
Бодибары;
Комплект гантелей различного веса обрезиненных;
Штанга обрезиненная разборная;
Мячи для фитнеса;
Степ-платформы;
Коврики гимнастические;
Воланы;
Ракетки для бадминтона;
Сетка для бадминтона;
Стойки для крепления бадминтонной сетки (стационарные, передвижные, пристенные);
Наборы для игры в шахматы;
Шахматные часы;
Диски для баланса;
Обручи гимнастические;
Резиновые амортизаторы для выполнения силовых упражнений с цветовой кодировкой;
Палки гимнастические;
Упоры для отжиманий;
Тумбы прыжковые атлетические;
Тренажеры (степперы);
Медболы (утяжеленные);
Стол теннисный (2 шт.);
Скакалки;
Утяжелители (на ноги);
Шорты и футболки с логотипом института для футбола;
Ядро и копье для метания;
Маты;
Оборудование для стрельбы из лука;
Сетка волейбольная D-2,6мм с стальным тросом D=3мм;
Мячи волейбольные «TORRES Simple Color» синтетическая кожа (ТПУ);
Ворота для футбола (напольные – 2 шт.);
Мячи футбольные;
Кольца баскетбольные амортизационные;
Стойки кольца баскетбольные;
Сетки баскетбольные;
Мячи баскетбольные тренировочные «TORRES BM 300»;
Табло перекидное 4 цифры;
Мячи для настольного тенниса Donic-Schldkroet Elit;
Наборы для настольного тенниса;
Стойки для прыжков в высоту в комплекте с алюминиевой планкой 3 м;

Граната для метания 500 гр.;
Мяч для метания, резина 150 гр.;
Щит для метания (мишень) навесной на гимнастическую стенку с крюками-зацепами, размер 50*50 см.;
Коврики для упражнений;
Шкаф для хранения спортивного инвентаря;
Музыкальный центр;
Мультимедийный проектор;
Экран;
Компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде;
Учебно-наглядные пособия.

13 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).

14 Лист дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу дисциплины

Номер изменения	Номера страниц				Всего страниц	Дата	Основание* для изменения и подпись лица, проводившего изменения
	изме- нённых	заменё нных	аннулиро- ванных	нов ых			