

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение инклюзивного высшего образования  
**«Московский государственный  
гуманитарно-экономический университет»  
(ФГБОУ ИВО «МГГЭУ»)**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической работе

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

ФТД.В.02 Нетрадиционные оздоровительные системы в реабилитации

образовательная программа направления подготовки  
49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная  
физическая культура)  
шифр, наименование

**Направленность (профиль)**

Физическая реабилитация

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Форма обучения очно-заочная

Курс 3 семестр 5

Москва 2022

## Содержание

- 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**
- 3. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ**
- 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**
- 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**
- 6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
- 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**
- 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

## 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины (модуля)

**Цель:** формирование у обучающихся:

- высокого уровня профессиональной подготовленности и компетенции будущих магистров адаптивной физической культуры на основе использования в процессе проведения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, нетрадиционных видов адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий.

**Задачи:**

- обучать умению применять средства и методы нетрадиционных видов адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий, направленные на формирование ценностных ориентаций и мотивации к двигательной деятельности;
- обучать умению применять средства и методы нетрадиционных видов адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий, позволяющие лицам с отклонениями в состоянии здоровья управлять собой;
- формировать способность обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми нетрадиционными видами адаптивной физической культуры и оздоровительными технологиями;
- формировать способность планировать занятия, направленные на гармоничное развитие личности, укрепление здоровья, физическую реабилитацию лиц с отклонениями в состоянии здоровья с применением средств нетрадиционных видов адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий

### 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы направления подготовки

Учебная дисциплина ФТД.В.02 «Нетрадиционные оздоровительные системы в реабилитации» относится к факультативным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1. Изучение учебной дисциплины «Нетрадиционные оздоровительные системы в реабилитации» базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных обучающимися при изучении предшествующей программы «Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в адаптивной физической культуре».

Дисциплина изучается на 3 курсе, в 5 семестре.

### 1.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины (модуля)

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций:

профессиональные (ПК) – в соответствии с ФГОС 3++. ОПК-7, ПК-2

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-7	ОПК-7 Способен	ОПК-7.1.Знает социальное, эмоциональное,

	использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека	психологическое влияние нарушений развития, приобретенных дефектов, инвалидности, последствий ранней депривации и психологической травматизации на личность; ОПК-7.2. Умеет обобщать существующий опыт применения различных технологий развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью разработки новых; ОПК-7.3. Владеет современными методами сбора информации по применению традиционных технологий развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека
ПК-2	ПК-2. Способен в целях формирования необходимых реабилитанту компенсаций осуществлять подбор необходимого оборудования и технических средств реабилитации; разрабатывать комплексы упражнений, выбирать и применять адекватные методы для развития у занимающихся компенсаторных физических качеств с учетом показаний и противопоказаний.	ПК-2.1. Знает технологии адаптивной физической культуры в реабилитационной деятельности; ПК-2.2. Умеет применять на практике средства и методы физической реабилитации, направленные на компенсацию нарушенных или утраченных функций организма; ПК-2.3. Владеет оценкой индивидуальной нуждемости реабилитанта в формировании компенсаторных функций.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1. Объем учебной дисциплины (модуля) Очно- заочная форма обучения.

Объем дисциплины ФТД.В.01 «Социальная адаптация в условиях образовательной и профессиональной деятельности» составляет 3 зачетные единицы 108 часа:

Вид учебной работы	Всего часов	К/Р
		3 курс
	очная форма	5 семестр
<b>Аудиторная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), всего в том числе:</b>	<b>22</b>	<b>22</b>
<b>Лекции (Л)</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
В том числе, практическая подготовка (ЛПП)		
<b>Практические занятия (в том числе, зачет с оценкой)</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

В том числе, практическая подготовка (ПЗПП)	2	2
<b>Лабораторные работы (ЛР)</b>		
В том числе, практическая подготовка (ЛРПП)		
<b>Самостоятельная работа обучающихся (СР)</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
В том числе, практическая подготовка (СРПП)		
<b>Промежуточная аттестация (подготовка и сдача), всего:</b>		
Контрольная работа	-	-
Курсовая работа	-	-
Экзамен	<b>36</b>	<b>36</b>
Итого: Общая трудоемкость учебной дисциплины (в часах, зачетных единицах)	<b>108</b> часа, 3 зачетные единицы	<b>108</b> часа, 3 зачетные единицы

## 2.2. Содержание разделов учебной дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Содержание раздела (тематика занятий)	Формируемые компетенции (индекс)
1	Основы нетрадиционных видов и технологий АФК	<p>Исторические аспекты формирования нетрадиционных видов АФК. Классификация видов АФК. Краткая характеристика и основные задачи.</p> <p>Основные понятия о «традиционных» и «нетрадиционных» видах физической культуры. Понятия «традиция» и «обычай».</p> <p>Сравнительная характеристика традиционных и нетрадиционных видов АФК. Общие и специфические признаки. Традиционные и национальные виды физической культуры.</p> <p>Самостоятельная работа. Повторение лекционного материала. Обзор Интернет-ресурсов. Анализ нетрадиционных оздоровительных направлений в АФК.</p> <p>Факторы, определяющие становление нового (нетрадиционного) вида адаптивной физической культуры. Государственная поддержка Олимпийская перспектива. Общественное управление. Естественная доступность. Социальная доступность. Общественное мнение. Спонсорская привлекательность. Конкуренция. Методическое и кадровое обеспечение. Международное сотрудничество. Человеческий фактор.</p> <p>Самостоятельная работа. Повторение лекционного материала. Обзор Интернет-ресурсов. Анализ</p>	ОПК-7, ПК-2

		современных видов и направлений АФКиС.	
2	Гимнастика для глаз	<p>Основы гимнастики для глаз.  Строение глаза. Мышцы глаза и шеи. Упражнения для шеи и глаз. Упражнения для глаз. Методика выполнения специальных релаксационных упражнений для всех возрастных групп школьников. Физкультминутка.  Гимнастические упражнения для глаз (по Е.Е. Сомову).  Комплексы упражнений для глаз. Методика проведения занятия.  Метод Бейтса Комплексы упражнений для глаз. Методика проведения занятия. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора.  Самостоятельная работа. Повторение материала, пройденного на практических занятиях по теме «Гимнастика для глаз». Выполнение упражнений для глаз.</p>	ОПК-7, ПК-2
3	Дыхательная гимнастика	<p>Общая характеристика нетрадиционных дыхательных гимнастик. Основные понятия дыхательной гимнастики. Специальные упражнения для дыхания. Элементы дыхательной гимнастики для восстановления носового дыхания. Упражнения, закалывающие носовое дыхание. Правильное дыхание. Типы дыхания. Рациональное дыхание. Трехфазное дыхание. Дыхательная терапия.  Самостоятельная работа. Повторение лекционного материала по теме «Общая характеристика нетрадиционных дыхательных гимнастик»  Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Исторические аспекты зарождения гимнастики А.Н. Стрельниковой. Применение гимнастики А.Н. Стрельниковой в АФК. Сущность дыхательной гимнастики. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Методические рекомендации по освоению гимнастики. Содержание основного комплекса дыхательной гимнастики  Самостоятельная работа. Составление комплекса упражнений для начинающих по методике А.Н. Стрельниковой.  Исторические аспекты зарождения система дыхания Бутейко. Применение гимнастики дыхания Бутейко в АФК. Сущность дыхания по Бутейко. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики по Бутейко.  Самостоятельная работа. Повторение материала, изученного на практическом занятии.  Отработка упражнений в дыхании по Бутейко.</p>	ОПК-7, ПК-2

4	Восточные системы оздоровления	<p>Акупунтура. Понятие об «акупунтуре». Применение методов акупунтуры в практике АФК. Методика выполнения массажа биологически активных точек. Самомассаж. Способ лечения острых респираторных заболеваний и их осложнений А.А. Уманской. «Су-джок» терапия. Её суть и область применения. Методика применения «Су-Джок терапии» в АФК.</p> <p>Самостоятельная работа. Повторение материала, изученного на практическом занятии. Цигун. Основные понятия цигун. Исторические аспекты развития системы цигун. Цигун как система лечения и оздоровления организма человека. Суть цигун. Классификация упражнений. Построение занятия цигун. Методика проведения занятия цигун для лиц разного возраста. Построение комплекса упражнений. Сочетание дыхания и движения. Контроль и концентрация.</p> <p>Самостоятельная работа. Использование техники цигун в АФК. Повторение материала, изученного на практическом занятии. Отработка упражнений цигун .</p> <p>Основные понятия йоги. Исторические аспекты развития системы йоги. Суть йоги. Йога как система лечения и оздоровления организма человека. Виды йоги. Направления йоги и их содержание. Классическая йога. Классификация асан. Асаны в положении стоя, сидя, сежа. Йоговское дыхание. Медитация.</p> <p>Адапированная йога «Бодифлекс». Пять этапов дыхания по «Бодифлекс». Методика организации и проведения занятия по «Бодифлекс». Методы физической культуры йогов. Особенности хатха-йоги. Самостоятельная работа. Хатха-йога для детей. Асаны для детей. Йога-игры. Использование хатха-йоги в АФК. Повторение материала, изученного на практическом занятии. Отработка асан йоги. Методика выполнения хатха-йоги для глаз.</p>	ОПК-7, ПК-2
5	Антистрессовая пластическая гимнастика	<p>Антистрессовая пластическая гимнастика (АПГ)</p> <p>Основы антистрессовой пластической гимнастики.</p> <p>Применение антистрессовой пластической гимнастики в системе адаптивного физического воспитания и адаптивной двигательной рекреации.</p> <p>АПГ в системе школьного физического воспитания. Элементы АПГ. Вводный раздел. Техника перемещений. Суставный массаж. Разновидности ходьбы и бега. Методика организации и проведения антистрессовой пластической гимнастики в АФК.</p> <p>Самостоятельная работа. Использование антистрессовой пластической гимнастики в адаптивном физическом воспитании.</p>	ОПК-7, ПК-2

6	Танцевально-двигательная терапия	<p>Понятие о двигательной пластике и ритмопластике. Значение двигательной пластики в АФК. Ритм и пластика как основы танцевально-двигательной терапии. Подходы М. Фельденкрайза к построению занятий двигательной пластикой.</p> <p>Методика В.Н. Никитина.</p> <p>Осознание движений и пластических возможностей тела человека. Исходная позиция ног. Шаги.</p> <p>Пантомимические шаги. Классические шаги. Работа рук.</p> <p>Развитие пластики рук. Использование системы упражнений с волновой техникой, предложенной В.Н. Никитиным. «Волна», «веер», «мотылек» и «огонь».</p> <p>Проработка движений рук, ног, туловища. Применения танцевальной терапии в АФК. Использование формокоррекционной ритмопластики и метод лечебной релаксационной пластики в АФК.</p> <p>Самостоятельная работа. Повторение материала, изученного на практическом занятии. Отработка упражнений АПГ. Выполнение домашнего задания – подготовка краткого сообщения или доклада по избранному нетрадиционному виду (направлению) адаптивной физической культуры или оздоровительных технологий.</p> <p>Основы танцевальной терапии. Виды и принципы танцевальной терапии. Средства танцевальной терапии.</p> <p>Организация группы. Правила работы с группой во время занятия. Техники работы с «мышечным панцирем». Области применения ментального тренинга в АФК. Спонтанный, неструктурированный танец.</p> <p>Использование преимущественно спонтанного, неструктурированного танца (индивидуального, диадного, группового). Примитивный танец, африканские танцы, вальс, полька, рок и др. Круговой групповой танец. Использование кругового группового танца. Функции кругового группового танца. Варианты использования этого методического приема.</p> <p>Самостоятельная работа. Кинестетическая эмпатия.</p> <p>Понятие «Кинестетическая эмпатия» или «отзеркаливание». Применение метода в АФК.</p> <p>Экспериментирование с движением и прикосновением.</p> <p>Экспериментирование с движением по системе Р. Лабана и прикосновением. Типы усилий. Создание техник и упражнений. Использование невербальных ритуалов. Целенаправленный выбор темы танцевальных упражнений.</p>	ОПК-7, ПК-2
---	----------------------------------	---	-------------

### 2.3. Разделы дисциплин и виды занятий



№ п/п	Наименование темы	Аудиторная работа		Внеауд. работа	Объем в часах
		Л	ПЗ/ЛР	СР	Всего
		в том числе, ЛПП	в том числе, ПЗПП/ЛРПП	в том числе, СРПП	в том числе, ПП
1	Основы нетрадиционных видов и технологий АФК	1	2	8	11
2	Гимнастика для глаз	1	2	8	11
3	Дыхательная гимнастика	1	2	10	13
4	Восточные системы оздоровления	1	2	8	11
5	Антистрессовая пластическая гимнастика	1	4	8	13
6	Танцевально-двигательная терапия	1	4	8	13
<i>Итого:</i>		6	16	50	72

#### 2.4. Планы самостоятельной работы обучающегося по дисциплине (модулю)

№	Название разделов и тем	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость	Формируемые компетенции	Формы контроля
1	Основы нетрадиционных видов и технологий АФК	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	8	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад-презентация
2	Гимнастика для глаз	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	8	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад-презентация
3	Дыхательная гимнастика	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	10	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад-презентация
4	Восточные системы оздоровления	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	8	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад-презентация

5	Антистрессовая пластическая гимнастика	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	8	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад- презентация
6	Танцевально-двигательная терапия	Подготовка к опросу, тестированию, доклад-презентации	8	ОПК-7, ПК-2	Опрос, тест, доклад- презентация
	<b>ИТОГО</b>		50		

### 3. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Учебные занятия инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организуются совместно с другими обучающимися в общих группах, а также индивидуально, в соответствии с графиком индивидуальных занятий.

При этом необходимо учитывать несколько аспектов:

- особенности нозологии студентов инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- психоэмоциональное состояние студентов;
- психологический климат, который сложился в студенческой группе;
- настрой отдельных студентов и группы в целом на процесс обучения.

При организации учебных занятий в общих группах используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений, создания комфортного психологического климата в группе.

В образовательной деятельности применяются материально-техническое оснащение, специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными особенностями здоровья, электронные образовательные ресурсы в адаптированных формах.

Специфика обучения физической культуры и спорта инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья предполагает использование игрового, практико-ориентированного, занимательного материала, который необходим для получения знаний и формирования необходимых компетенций. Подготовка студентами заданий для семинарских занятий должна сочетать устные и письменные формы в соответствии с их особенностями здоровья.

Для того чтобы предотвращать наступление у студентов с инвалидностью и обучающихся имеющих ограниченные возможности здоровья быстрого утомления можно использовать следующие методы работы:

- чередование умственной и практической деятельности;
- преподнесение материала с использованием средств наглядности;
- использование технических средств обучения, чередование предъявляемой на слух информации с наглядно-демонстрационным материалом.

При освоении дисциплин инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение должно отводиться проведению с ними индивидуальной работы со стороны преподавателей. В индивидуальную работу включается:

- индивидуальная учебная работа (консультации), то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы;
- индивидуальная воспитательная работа.

**Особенности обучения студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.**

Для студента имеющего нарушения опорно-двигательного аппарата, необходимо посоветовать использовать вспомогательные средства для усвоения программы, например, диктофон и другие электронные носители информации.

При проведении аудиторных занятий со студентами, имеющими осложнения с моторикой рук возможно использование следующих вариантов работы:

- обеспечение студентов электронными текстами лекций и заданий к семинарским занятиям;

- использование технических средств фиксации текста (диктофоны), с последующим составлением тезисов лекции в ходе самостоятельной работы студента, которые они впоследствии могут использовать при подготовке и ответах на семинарских занятиях.

Одним из видов работы для студентов, испытывающих трудности в письме может быть подготовка к семинарским занятиям таких заданий, которые не требуют от них написания длинных текстов ответов. Наиболее оптимальным вариантом такого задания, выполняемого в письменной форме, может служить тестовое задание. Использование тестирования студентов необходимо совмещать с обсуждением вариантов ответов.

Контроль знаний можно вести как в устном, так и в письменном виде.

### **Особенности обучения студентов с нарушением слуха.**

При организации образовательного процесса со слабослышащей аудиторией рекомендуется использовать следующие педагогические принципы:

- наглядности преподаваемого материала;
- индивидуального подхода к каждому студенту;
- использования информационных технологий;
- использования учебных пособий, адаптированных для восприятия студентами с нарушением слуха.

Студенту с нарушением слуха следует предложить занять место на передних партах аудитории, а преподавателю рекомендуется больше времени во время занятий находиться рядом с рабочим местом этого студента. Учитывая, что такие студенты лучше понимают по губам, желательно располагаться к ним лицом, говорить громко и четко.

Для повышения уровня восприятия учебной информации студентами рассматриваемой группы, рекомендуется применение звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных и других средств. Сложные для понимания темы следует снабжать как можно большим количеством наглядного материала. Особую роль в обучении лиц с нарушенным слухом, играют видеоматериалы. По возможности, предъявляемая видеoinформация может сопровождаться текстовой бегущей строкой или сурдологическим переводом.

Контроль знаний студентов указанной нозологии может вестись преимущественно в письменном виде, но для развития устной речи, рекомендуется предложить студенту рассказать ответ на задание в тезисах.

### **Особенности обучения студентов с нарушением зрения.**

Специфика обучения слабовидящих студентов заключается в следующем:

- необходимо дозировать учебную нагрузку;
- применять специальные формы и методы обучения, технические средства позволяющие воспринимать информацию, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- увеличивать искусственную освещенность помещений, в которых занимаются студенты с пониженным зрением.

При зрительной работе у слабовидящих студентов быстро наступает утомление, что снижает их работоспособность. Поэтому необходимо проводить небольшие перерывы или переключение рабочей активности.

При чтении лекций, слабовидящим студентам следует разрешить использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры, как способ конспектирования, во время занятий. Необходимо комментировать свои жесты и надписи на доске и передавать словами то, что часто выражается мимикой и жестами.

При работе на компьютере следует использовать принцип максимального снижения зрительных нагрузок, дозирование и чередование зрительных нагрузок с другими видами деятельности. Кроме того необходимо использовать специальные программные средства для увеличения изображения на экране или для озвучивания информации.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

1. информация по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, на электронном носителе, в печатной форме увеличенным шрифтом и т.п.);

2. доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа);

3. доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, устно, др.).

При необходимости для студентов с инвалидностью и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов, а также может быть предоставлено дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

#### **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

*Самостоятельная работа*, наряду с аудиторными занятиями, является неотъемлемой частью изучения дисциплины. Приступая к изучению дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести тетради для конспектирования лекций и практических занятий.

К видам самостоятельной работы в рамках обучения относятся:

- самостоятельный поиск и изучение научных материалов в рамках курса, в том числе при подготовке к практическим занятиям;

- анализ изученных материалов и подготовка устных докладов и контрольной работы в соответствии с выбранной для этого вида работы темой;

- самостоятельное изучение определенных разделов и тем дисциплины;

- подготовка к аудиторным занятиям;

- подготовка к промежуточному, текущему контролю знаний и навыков (в т.ч. к контрольным работам, тестированию и т.п.);

- подготовка к зачету или экзамену.

При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. При подготовке к зачету повторять пройденный материал в соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и

содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем.

Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю. Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях и самостоятельной работе обучающихся

Семестр	Вид занятия (Л, ПЗ, ЛР, в том числе, ПП)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
2	Л	Лекция-дискуссия, лекция-беседа	4
	ПЗ	Доклад – презентация	10
<b>Итого:</b>			<b>14</b>

*Лекция-беседа*, или «диалог с аудиторией», является наиболее распространенной и сравнительно простой формой активного вовлечения студентов в учебный процесс. Эта лекция предполагает непосредственный контакт преподавателя с аудиторией. Преимущество лекции-беседы состоит в том, что она позволяет привлекать внимание слушателей к наиболее важным вопросам темы, определять содержание и темп изложения учебного материала с учетом особенностей обучаемых.

К участию в лекции-беседе можно привлечь различными приемами, так, например, озадачивание слушателей вопросами в начале лекции и по ее ходу, как уже описывалось в проблемной лекции, вопросы могут, быть информационного и проблемного характера, для выяснения мнений и уровня осведомленности по рассматриваемой теме, степени их готовности к восприятию последующего материала. Вопросы адресуются всей аудитории. Слушатели отвечают с мест. Если преподаватель замечает, что кто-то из обучаемых не участвует в ходе беседы, то вопрос можно адресовать лично тому слушателю, или спросить его мнение по обсуждаемой проблеме. Для экономии времени вопросы рекомендуется формулировать так, чтобы на них можно было давать однозначные ответы. С учетом разногласий или единодушия в ответах преподаватель строит свои дальнейшие рассуждения, имея при этом возможность, наиболее доказательно изложить очередное понятие лекционного материала.

Вопросы могут быть как простыми для того, чтобы сосредоточить внимание слушателей на отдельных аспектах темы, так и проблемные. Обучаемый, продумывая ответ на заданный вопрос, получает возможность самостоятельно прийти к тем выводам и обобщения, которые преподаватель должен был сообщить им в качестве новых знаний, либо понять важность обсуждаемой темы, что повышает интерес, и степень восприятия материала слушателями.

Во время проведения лекции-беседы преподаватель должен следить, чтобы задаваемые вопросы не оставались без ответов, т.к. они тогда будут носить риторический характер, не обеспечивая достаточной активизации мышления обучаемых.

*Лекция-дискуссия.* В отличие от лекции-беседы здесь преподаватель при изложении лекционного материала не только использует ответы слушателей на свои вопросы, но и организует свободный обмен мнениями в интервалах между логическими разделами.

Дискуссия – это взаимодействие преподавателя и учащегося, свободный обмен мнениями, идеями и взглядами по исследуемому вопросу. Это оживляет учебный процесс, активизирует познавательную деятельность аудитории и, что очень важно, позволяет преподавателю управлять коллективным мнением группы, использовать его в целях убеждения, преодоления негативных установок и ошибочных мнений некоторых обучаемых. Эффект достигается только при правильном подборе вопросов для дискуссии и умелом, целенаправленном управлении ею. Так же можно предложить слушателям проанализировать и обсудить конкретные ситуации, материал.

По ходу лекции-дискуссии преподаватель приводит отдельные примеры в виде ситуаций или кратко сформулированных проблем и предлагает студентам коротко обсудить, затем краткий анализ, выводы и лекция продолжается.

Положительным в дискуссии является, то, что обучаемые соглашались с точкой зрения преподавателя с большой охотой, скорее в ходе дискуссии, нежели во время беседы, когда преподаватель лишь указывает на необходимость принять его позицию по обсуждаемому вопросу.

Данный метод позволяет преподавателю видеть, насколько эффективно слушатели используют полученные знания в ходе дискуссии. Отрицательное же то, что обучаемые могут неправильно определять для себя область изучения или не уметь успешно обсуждать возникающие проблемы. Поэтому в целом занятие может оказаться запутанным. Слушатели в этом случае могут укрепиться в собственном мнении, а не изменить его. Выбор вопросов для активизации учащихся и темы для обсуждения, составляется самим преподавателем в зависимости от конкретных дидактических задач, которые преподаватель ставит перед собой для данной аудитории.

*Доклад-презентация.* Использование мультимедийных возможностей во время докладов преследует следующие цели: демонстрация возможностей и способностей организации доклада в соответствии с современными требованиями и с использованием современных информационных технологий; наглядное представление основных положений доклада; повышение эффективности доклада за счет одновременного изложения материала и показа демонстрационных фрагментов (аудио-визуальная подача материала); поддержание интереса к материалу изложения.

Докладчик в праве выбрать программное обеспечение для презентации своего доклада, однако следует учесть совместимость ПО с теми компьютерами, где будет проходить презентация, поэтому данные методические рекомендации разработаны для установленного на факультете лингвистики лицензионного пакета Microsoft Office.

Подготовка доклада с презентацией состоит из следующих этапов:

1. Подготовка текста доклада по рекомендованным источникам.
2. Разработка структуры презентации.
3. Создание презентации в Microsoft PowerPoint.
4. Репетиция доклада с использованием презентации.

Если вы готовите доклад на семинар, внимательно просмотрите рекомендованную литературу по вашей теме и составьте план доклада. Вы также можете осуществить поиск научных публикаций по ключевым словам в сети Интернет.

Обращайте внимание на дату публикации и фамилию автора (или издательство). Слишком старый год издания (более 5 лет для актуальных исследований и более 10 лет для фундаментальных наук) может не содержать современных точек зрения по

интересующему вас вопросу. Исключение может составить рассмотрение истории вопроса. К частным исследованиям также подходите критически.

Приветствуется предоставление разных подходов к решению проблемы: неоднозначность способствует развитию дискуссии и создает почву для формирования умения анализировать и обобщать полученную информацию. Составьте текст выступления. Теоретические положения должны быть проиллюстрированы примерами. Поскольку доклад будет поддержан презентацией, включите в текст таблицы, схемы, рисунки и диаграммы – все то, что поможет слушателям вникнуть в суть проблемы и облегчит ее понимание. Сплошная текстовая информация затрудняет восприятие, поэтому продумайте схематическую и графическую форму подачи материала, там, где это возможно.

Структура презентации должна соответствовать плану (структуре) доклада. Титульный слайд должен содержать название доклада, имя докладчика. Также на первый слайд можно поместить название и логотип университета и / или подразделения, в котором происходит доклад.

Очередность слайдов должна четко соответствовать структуре вашего доклада. Не планируйте в процессе доклада возвращаться к предыдущим слайдам или перелистывать их вперед, это усложнит процесс и может сбить ход ваших рассуждений. Слайды можно пронумеровать с указанием общего количества слайдов в презентации. Таким образом, вы позволите аудитории понимать, сколько слайдов осталось до конца вашего доклада, а также задавать вопросы по теме вашего выступления со ссылкой на номер слайда.

Слайды должны демонстрировать лишь основные положения доклада в тезисном (конспектном) формате.

В случае если объемный текст нужен на экране (определение, цитата и пр.), настоятельно рекомендуется его разбивка на составляющие компоненты и/или визуальное акцентирование ключевых фрагментов (другим цветом, начертанием, размером и т.д.).

Слишком частая смена слайдов неэффективна (менее 10-15 секунд на один слайд). При разделении готового текста доклада на слайды рекомендуется засекать время «проговаривания» одного слайда.

Рекомендуемое общее количество слайдов может варьироваться от 10 до 20 (в зависимости от информационной насыщенности слайдов).

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

### **6.1. Организация входного, текущего и промежуточного контроля обучения**

Входное тестирование – не предусмотрено.

Текущий контроль – тестирование, доклад-презентация.

Промежуточная аттестация – зачет.

### **6.2. Тематика рефератов, проектов, творческих заданий, эссе и т.п.**

#### **Темы докладов-презентаций**

1. Анализ современных видов и направлений АФКиС.
2. Факторы, определяющие становление нового (нетрадиционного) вида адаптивной физической культуры.
3. Государственная поддержка Олимпийская перспектива.

4. Общественное управление. Естественная доступность. Социальная доступность. Общественное мнение.
5. Спонсорская привлекательность. Конкуренция.
6. Методическое и кадровое обеспечение. Международное сотрудничество.
7. Организация социальной адаптации детей
8. Метод Бейтса Комплексы упражнений для глаз.
9. Методика проведения занятия.
10. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора.
11. Составление комплекса упражнений для начинающих по методике А.Н. Стрельниковой.
12. Исторические аспекты зарождения гимнастики А.Н. Стрельниковой. Применение гимнастики А.Н. Стрельниковой в АФК.
13. Сущность дыхательной гимнастики. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.
14. Исторические аспекты зарождения система дыхания Бутейко. Применение гимнастики дыхания Бутейко в АФК.
15. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики по Бутейко
16. «Су-джок» терапия. Её суть и область применения. Методика применения «Су-Джок терапии» в АФК.
17. Цигун. Основные понятия цигун
18. Йоговское дыхание. Медитация. Адапированная йога
19. «Бодифлекс». Пять этапов дыхания по «Бодифлекс». Методика организации и проведения занятия по «Бодифлекс».
20. Разновидности ходьбы и бега.
21. Методика организации и проведения антистрессовой пластической гимнастики в АФК.
22. Использование антистрессовой пластической гимнастики в адаптивном физическом воспитании

### **Комплект тестов (тестовых заданий)**

1. Как характеризуется адаптивная двигательная рекреация?
  - А) компонент адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении;
  - Б) компонент адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов в смене вида деятельности;
  - В) совокупность движений, направленных на достижение определённой цели, то есть процесс многократного повторения определённой деятельности на фоне постоянного контроля её эффективности;
  - Г) совокупность физиологических реакций, обеспечивающих приспособление строения и функций организма или его органа к изменению окружающей среды.
  
2. Как характеризуется адаптивная физическая реабилитация?
  - А) компонент (вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребность индивида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности;



- Б) компонент адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении;
  - В) совокупность движений, направленных на достижение определённой цели, то есть процесс многократного повторения определённой деятельности на фоне постоянного контроля её эффективности;
  - Г) совокупность физиологических реакций, обеспечивающих приспособление строения и функций организма или его органа к изменению окружающей среды.
3. Как характеризуется адаптивное физическое воспитание?
- А) компонент (вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности;
  - Б) компонент (вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;
  - В) компонент (вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;
  - Г) компонент (вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена и формирование положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.
4. Что определяет институциональные черты адаптивной физической культуры?
- А) выполнение функций только физического воспитания и спорта;
  - Б) наличие инфраструктуры и адекватной материальной базы;
  - В) наличие нормативно-правовой базы;
  - Г) формирование профессионального кадрового обеспечения;
5. К чему относятся число специализированных средств и приемов вербального (речевого) воздействия на занимающихся (укажите НЕ верный вариант)?
- А) инструктирование (точное и емкое объяснение при постановке заданий);
  - Б) оценочные суждения (оценка выполненных заданий с пояснением ошибок, причин удач и неудач);
  - В) сопроводительные пояснения и замечания;
  - Г) устные сообщения: отчеты, самоприказы, самооценки;
6. Как рассматривается подготовка к соревнованиям с точки зрения концепции адаптивной физической культуры?
- А) как врачебно-педагогический процесс;
  - Б) как реабилитационный процесс;
  - В) как социально-адаптивный процесс;
  - Г) как тренировочный процесс.
7. Какие существуют уровни принципов адаптивной физической культуры?
- А) общеметодические;
  - Б) социально-методические;
  - В) социальные;
  - Г) специально-методические;

- Д) специально-социальные;
- Е) верно только А, В, Г.

8. Какой возраст предпочтителен для развития координационных способностей?

- А) от 5 до 17 лет;
- Б) от 7 до 12 лет;
- В) от 7 до 9 лет;
- Г) от 9 до 16 лет.

9. Какой возраст считается сенситивным периодом для обучения двигательным действиям?

- А) 2-3 года;
- Б) 5-10 лет;
- В) 7-9 лет;
- Г) 8-10 лет.

10. На каких областях знаний базируется адаптивная физическая культура (укажите НЕ верный вариант)?

- А) коррекционной педагогике;
- Б) медицине;
- В) микробиологии;
- Г) физической культуре;

Тестовые задания приведены в полном объеме в ФОС по дисциплине

### **6.3. Курсовая работа**

Не предусмотрена.

### **6.4. Вопросы к зачету**

1. Исторические аспекты формирования нетрадиционных видов АФК.
2. Классификация видов АФК. Краткая характеристика и основные задачи.
3. Основные понятия о «традиционных» и «нетрадиционных» видах физической культуры. Понятия «традиция» и «обычай».
4. Сравнительная характеристика традиционных и нетрадиционных видов АФК.
5. Общие и специфические признаки. Традиционные и национальные виды физической культуры.
6. Основы гимнастики для глаз. Строение глаза. Мышцы глаза и шеи.
7. Упражнения для шеи и глаз. Упражнения для глаз.
8. Методика выполнения специальных релаксационных упражнений для всех возрастных групп школьников. Физкультминутка.
9. Гимнастические упражнения для глаз (по Е.Е. Сомову). Комплексы упражнений для глаз. Методика проведения занятия.
10. Общая характеристика нетрадиционных дыхательных гимнастик. Основные понятия дыхательной гимнастики.
11. Специальные упражнения для дыхания. Элементы дыхательной гимнастики для восстановления носового дыхания. Упражнения, закалывающие носовое дыхание.
12. Правильное дыхание. Типы дыхания. Рациональное дыхание. Трехфазное дыхание. Дыхательная терапия.
13. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Исторические аспекты зарождения гимнастики А.Н. Стрельниковой. Применение гимнастики А.Н. Стрельниковой в АФК.

14. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Методические рекомендации по освоению гимнастики. Содержание основного комплекса дыхательной гимнастики
15. Исторические аспекты зарождения система дыхания Бутейко. Применение гимнастики дыхания Бутейко в АФК.
16. Сущность дыхания по Бутейко. Показания и противопоказания. Упражнения дыхательной гимнастики по Бутейко.
17. Акупунктура. Понятие об «акупунктуре». Применение методов акупунктуры в практике АФК. Методика выполнения массажа биологически активных точек.
18. Самомассаж. Способ лечения острых респираторных заболеваний и их осложнений А.А. Уманской.
19. «Су-джок» терапия. Её суть и область применения. Методика применения «Су-Джок терапии» в АФК.
20. Цигун. Основные понятия цигун. Исторические аспекты развития системы цигун. Цигун как система лечения и оздоровления организма человека.
21. Суть цигун. Классификация упражнений. Построение занятия цигун. Методика проведения занятия цигун для лиц разного возраста. Построение комплекса упражнений. Сочетание дыхания и движения. Контроль и концентрация.
22. Основные понятия йоги. Исторические аспекты развития системы йоги. Суть йоги. Йога как система лечения и оздоровления организма человека. Виды йоги. Направления йоги и их содержание.
23. Классическая йога. Классификация асан. Асаны в положении стоя, сидя, сежа. Йоговское дыхание. Медитация.
24. Адаптированная йога «Бодифлекс». Пять этапов дыхания по «Бодифлекс». Методика организации и проведения занятия по «Бодифлекс». Методы физической культуры йогов.
25. Особенности хатха-йоги. Хатха-йога для детей. Асаны для детей. Йога-игры. Использование хатха-йоги в АФК.
26. Антистрессовая пластическая гимнастика (АПГ). Основы антистрессовой пластической гимнастики. Применение антистрессовой пластической гимнастики в системе адаптивного физического воспитания и адаптивной двигательной рекреации.
27. АПГ в системе школьного физического воспитания. Элементы АПГ.
28. Вводный раздел. Техника перемещений. Суставный массаж. Разновидности ходьбы и бега.
29. Методика организации и проведения антистрессовой пластической гимнастики в АФК.
30. Использование антистрессовой пластической гимнастики в адаптивном физическом воспитании.
31. Понятие о двигательной пластике и ритмопластике. Значение двигательной пластики в АФК.
32. Ритм и пластика как основы танцевально-двигательной терапии. Подходы М. Фельденкрайза к построению занятий двигательной пластикой.
33. Методика В.Н. Никитина. Осознание движений и пластических возможностей тела человека. Исходная позиция ног. Шаги. Пантомимические шаги. Классические шаги. Работа рук. Развитие пластики рук.
34. Использование системы упражнений с волновой техникой, предложенной В.Н. Никитиным. «Волна», «веер», «мотылек» и «огонь». Проработка движений рук, ног, туловища.
35. Применения танцевальной терапии в АФК. Использование формокоррекционной ритмопластики и метод лечебной релаксационной пластики в АФК.
36. Основы танцевальной терапии. Виды и принципы танцевальной терапии. Средства танцевальной терапии.
37. Организация группы. Правила работы с группой во время занятия. Техники работы с «мышечным панцирем».

38. Области применения ментального тренинга в АФК. Спонтанный, неструктурированный танец. Использование преимущественно спонтанного, неструктурированного танца (индивидуального, диадного, группового).
39. Примитивный танец, африканские танцы, вальс, полька, рок и др. Круговой групповой танец. Использование кругового группового танца. Функции кругового группового танца.
40. Кинестетическая эмпатия. Понятие «Кинестетическая эмпатия» или «отзеркаливание». Применение метода в АФК. Экспериментирование с движением и прикосновением.
41. Экспериментирование с движением по системе Р. Лабана и прикосновением. Типы усилий. Создание техник и упражнений.
42. Использование невербальных ритуалов. Целенаправленный выбор темы танцевальных упражнений.

**6.5. Вопросы к экзамену** – не предусмотрены учебным планом

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### 7.1. Основная литература

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: учеб. пос./ под ред. Евсеева С.П. –М.:Советский спорт, 2016, 2007.
2. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.-М.: Советский спорт, 2013. (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)
3. Ивченко Е.В. Рекреационные занятия плаванием с различным контингентом занимающихся: учебное пособие-СПб, 2014 (электронный ресурс)
4. Соревнования и водные праздники для лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие- СПб, 2015 (электронный ресурс)
5. Брискин Ю.А. и др. Адаптивный спорт: учеб. пос. –М: Советский спорт, 2010 (электр.ресурс ЭБС «IPRbooks»)
6. Сладкова Н.А. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов - М.: Советский спорт, 2012 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»)
7. Рипа М.Д., Кулькова И.В. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре: учебное пособие.- М.: Юрайт, 2017.

### 7.2. Дополнительная литература

8. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник.- В 2-х томах. / под ред. Евсеева С.П.-М.: Советский спорт, 2010, 2009, 2007.
9. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник-М.: Советский спорт, 2013 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).
10. Брызгалова С.И. Введение в научно-педагогическое исследование: учебное пособие.- Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2012 (электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»).

### 7.3. Программное обеспечение

Microsoft Windows 7 Enterprise  
Microsoft Office 2010  
Google Chrome  
Zoom  
1С: Предприятие 8 (учебная версия)  
Консультант Плюс

#### 7.4. Электронные ресурсы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
2. ЭБС «ZNANIUM.COM»; <https://znanium.com>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. ЭБС «Лань»: <https://e.lanbook.com>
5. Электронная Библиотека МГГЭУ: [http://portal.mgsgi.ru/elektronnaya\\_biblioteka/](http://portal.mgsgi.ru/elektronnaya_biblioteka/)
6. Справочно-правовая система Консультант Плюс: <http://www.consultant.ru/>
7. Polpred.com Обзор СМИ: <https://polpred.com/news/>

#### 7.5. Методические указания и материалы по видам занятий

##### *Методические указания по лекционным занятиям.*

В ходе лекции студентам рекомендуется конспектировать ее основные положения, не стоит пытаться дословно записать всю лекцию, поскольку скорость лекции не рассчитана на аутентичное воспроизведение выступления лектора в конспекте, тем не менее она является достаточной для того, чтобы студент смог не только усвоить, но и зафиксировать на бумаге сущность затронутых лектором проблем, выводы, а также узловые моменты, на которые обращается особое внимание в ходе лекции.

Основным средством работы на лекционном занятии является конспектирование. Конспектирование – процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования – запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». По существу его и составлять надо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей. Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

1. Сориентироваться в общей концепции лекции (уметь определить вступление, основную часть, заключение).
2. Увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли.
3. Выявить «ключевые» мысли, то есть основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста.
4. Определить детализирующую информацию.
5. Лаконично сформулировать основную информацию, не перенося на письмо все целиком и дословно.

Определения, которые дает лектор стоит по возможности записать дословно и выделить другим цветом или же подчеркнуть. В случае изложения лектором хода научной дискуссии желательно кратко законспектировать существо вопроса, основные позиции и фамилии ученых их отстаивающих. Если в обоснование своих выводов лектор приводит

ссылки на справочники, статистические данные, нормативные акты и другие официально опубликованные сведения имеет смысл лишь кратко отразить их существо и указать источник, в котором можно полностью почерпнуть излагаемую информацию.

Во время лекции студенту рекомендуется иметь на столах помимо конспектов также программу дисциплины, которая будет способствовать развитию мнемонической памяти, возникновению ассоциаций между выступлением лектора и программными вопросами, федеральные законы, поскольку гораздо эффективнее следить за ссылками лектора по его тексту, нежели пытаться воспринять всю эту информацию на слух.

В случае возникновения у студента по ходу лекции вопросов, их следует записать и задать в конце лекции в специально отведенное для этого время.

По окончании лекции (в тот же или на следующий день, пока еще в памяти сохранилась информация) студентам рекомендуется доработать свои конспекты, привести их в порядок, дополнить сведениями с учетом дополнительно изученного нормативного, справочного и научного материала. Крайне желательно на полях конспекта отмечать не только изученные точки зрения ученых по рассматриваемой проблеме, но и выразить согласие или несогласие самого студента с законспектированными положениями, материалами судебной практики и т.п.

Лекционное занятие предназначено для изложения особенно важных, проблемных, актуальных в современной науке вопросов. Лекция, также, как и практическое занятие, требует от студентов определенной подготовки. Студент обязательно должен знать тему предстоящего лекционного занятия и обеспечить себе необходимый уровень активного участия: подобрать и ознакомиться, а при необходимости иметь с собой рекомендуемый преподавателем нормативный материал, повторить ранее пройденные темы по вопросам, которые будут затрагиваться в предстоящей лекции, вспомнить материал иных дисциплин.

В целях усиления практикоориентированности учебного курса на лекции могут приглашаться представители работодателей и практикующие юристы. Часть лекций проводится с применением интерактивных технологий в форме проблемной лекции, лекции-беседы и т.п.

1. *Лекция-дискуссия* заключается в коллективном обсуждении какого-либо вопроса, проблемы или сопоставлении информации, идей, мнений, предложений. Необходимо заранее подготовить вопросы, которые можно было бы ставить на обсуждение. Во время дискуссии участники могут либо дополнять друг друга, либо противостоять один другому. Эффективность проведения дискуссии будет зависеть от таких факторов, как: подготовка (информированность и компетентность) обучающихся по проблеме; семантическое однообразие (все термины, дефиниции, понятия и т.д. должны быть одинаково поняты всеми обучающимися); корректность поведения участников; умение проводить дискуссию.

2. *Лекция-беседа*, в ходе которой лектор сознательно вступает в диалог с одним или несколькими обучающимися. При этом остальные являются своего рода зрителями этого процесса, но не пассивными, а активно мыслящими о предмете организованной беседы, занимая ту или иную точку зрения и формулируя свои ответы на вопросы. Участие слушателей в лекции - беседе можно привлечь различными приемами, например, озадачивание обучающихся вопросами в начале лекции и по ее ходу. Вопросы могут быть как простыми для того, чтобы сосредоточить внимание на отдельных аспектах темы, так и проблемными. Слушатели, продумывая ответ на заданный вопрос, получают возможность самостоятельно прийти к тем выводам и обобщениям, которые преподаватель должен был сообщить им в качестве новых знаний, либо понять важность обсуждаемой темы, что повышает интерес, и степень восприятия материала обучающимися.

Для успешного проведения интерактивных лекций обучающемуся необходимо осуществить предварительную подготовку:

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции;
  - перед каждой лекцией необходимо просмотреть рабочую программу дисциплины, ознакомиться с содержанием темы;
  - ознакомиться с рекомендуемой литературой и нормативными правовыми актами.
- Подготовительные мероприятия помогут обучающемуся лучше усвоить материал.

*Методические указания для подготовки к практическим занятиям.*

Практические занятия - основная форма контактной работы обучающихся. Целью практических занятий является углубленное изучение учебной дисциплины, привитие навыков самостоятельного поиска и анализа учебной информации, формирование и развитие у них научного мышления, умения активно участвовать в творческой дискуссии, делать правильные выводы, аргументировано излагать и отстаивать свое мнение. В ходе практических занятий происходит обсуждение отдельных вопросов в рамках учебной темы, выработка практических умений и приобретение навыков решения задач, умение юридически грамотно квалифицировать факты и обстоятельства, а также толковать и применять закон, использовать его при оценке и регламентации конкретных сфер общественных отношений. Алгоритм подготовки к практическим занятиям: - освоить лекционный материал (при наличии); - изучить основные нормативные правовые акты по теме; - ознакомиться с рекомендуемой основной и дополнительной литературой; - после изучения теории, перейти к закреплению полученных знаний посредством выполнения практических заданий. В рамках практических занятий предусмотрены встречи с представителями работодателей и практикующими работниками. Часть практических занятий проводится с применением интерактивных технологий: 1. Дискуссия (в т.ч. групповая дискуссия) предусматривает обсуждение какого-либо вопроса или группы связанных вопросов с намерением достичь взаимоприемлемого решения. Основными задачами дискуссии служат формирование общего представления как наиболее объективного, подтвержденного всеми участниками обсуждения или их большинством, а также достижение убедительного обоснования содержания, не имеющего первоначальной ясности для всех участников дискуссии. Методика проведения: Тема дискуссии формулируется до ее начала. Группа обучающихся делится на несколько малых групп. Каждая малая группа обсуждает позицию по предлагаемой для дискуссии теме в течение отведенного времени. Затем заслушивается ряд суждений, предлагаемых каждой малой группой. После каждого суждения оппоненты задают вопросы, выслушиваются ответы авторов предлагаемых позиций. В завершении дискуссии формулируется общее мнение, выражающее совместную позицию по теме дискуссии. Преподаватель дает оценочное суждение окончательно сформированной позиции во время дискуссии.

Практические (семинарские) занятия представляют собой одну из важных форм самостоятельной работы студентов над нормативными актами, материалами местной и опубликованной судебной практики, научной и учебной литературой непосредственно в учебной аудитории под руководством преподавателя.

В зависимости от изучаемой темы и ее специфики преподаватель выбирает или сочетает следующие формы проведения практических (семинарских) занятий: обсуждение теоретических вопросов, подготовка рефератов, решение задач (дома или в аудитории), круглые столы, научные диспуты с участием практических работников и ученых и т.п. Проверка усвоения отдельных (ключевых) тем может осуществляться посредством проведения коллоквиума.

Подготовка к практическому занятию заключается в подробном изучении конспекта лекции, нормативных актов и материалов судебной практики, рекомендованных к ним, учебной и научной литературы, основные положения которых студенту рекомендуется конспектировать.

Активное участие в работе на практических и семинарских занятиях предполагает выступления на них, дополнение ответов однокурсников, коллективное обсуждение спорных вопросов и проблем, что способствует формированию у студентов навыков формулирования, аргументации и отстаивания выработанного решения, умения его защитить в дискуссии и представить дополнительные аргументы в его пользу. Активная работа на семинарском или практическом занятии способствует также формированию у студентов навыков публичного выступления, умения ясно, последовательно, логично и аргументировано излагать свои мысли.

При выступлении на семинарских или практических занятиях студентам разрешается пользоваться конспектами для цитирования нормативных актов, судебной практики или позиций ученых. По окончании ответа другие студенты могут дополнить выступление товарища, отметить его спорные или недостаточно аргументированные стороны, проанализировать позиции ученых, о которых не сказал предыдущий выступающий.

В конце занятия, после подведения его итогов преподавателем студентам рекомендуется внести изменения в свои конспекты, отметить информацию, прозвучавшую в выступлениях других студентов, дополнения, сделанные преподавателем и не отраженные в конспекте.

Практические занятия требуют предварительной теоретической подготовки по соответствующей теме: изучения учебной и дополнительной литературы, в необходимых случаях ознакомления с нормативным материалом. Рекомендуется при этом вначале изучить вопросы темы по учебной литературе. Если по теме прочитана лекция, то непременно надо использовать материал лекции, так как учебники часто устаревают уже в момент выхода в свет.

Применение отдельных образовательных технологий требуют предварительного ознакомления студентов с содержанием применяемых на занятиях приемов. Так, при практических занятиях студент должен представлять, как его общую структуру, так и особенности отдельных методических приемов: дискуссии, контрольные работы, использование правовых документов и др.

Примерные этапы практического занятия и методические приемы их осуществления:

- постановка целей занятия: обучающей, развивающей, воспитывающей;
- планируемые результаты обучения: что должны студенты знать и уметь;
- проверка знаний: устный опрос, фронтальный опрос, программированный опрос, письменный опрос, комментирование ответов, оценка знаний, обобщение по опросу;
- изучение нового материала по теме;
- закрепление материала предназначено для того, чтобы студенты запомнили материал и научились использовать полученные знания (активное мышление).

Формы закрепления:

- решение задач;
- групповая работа (коллективная мыслительная деятельность).

Домашнее задание:

- работа над текстом учебника;
- решение задач.

В рамках семинарского занятия студент должен быть готов к изучению предлагаемых правовых документов, а также к их составлению и анализу. Для выполнения этого вида работы студент должен знать правила работы:

- 1) предварительно ознакомиться с образцами того юридического документа, с которым предстоит работать;
- 2) определить какую нагрузку несет в себе тот или иной документ, зачем он нужен, какова цель его составления;



3) разобрать содержание правового документа, т.е. выявить какие основные информационные данные или какие вопросы он отражает;

4) выполнить непосредственное задание преподавателя (написать, ориентируясь на образец правового документа, аналогичный юридический документ, продумав соответствующие данные; исправить ошибки в предоставленном образце; вычлнить структуру документа и т.п.).

На практическом (семинарском) занятии студент проявляет свое знание предмета, корректирует информацию, полученную в процессе лекционных и внеаудиторных занятий, формирует определенный образ в глазах преподавателя, получает навыки устной речи и культуры дискуссии, навыки практического решения задач.

#### *Зачет*

Зачет может быть выставлен автоматически, по результатам текущих контролей и достижений, продемонстрированных студентом на практических занятиях.

Зачет проводится в виде устного опроса. Состав испытания определяется преподавателем самостоятельно исходя из уровня подготовки студента, продемонстрированного на текущей аттестации и практических занятиях.

Оценкой «зачтено» на зачете оценивается такое знание учебного курса, когда студент знает теоретические вопросы, хорошо в них ориентируется и обнаруживает умение связывать теорию с практикой. Ответ студента ниже уровня этих требований, показывающий наличие серьезных недоработок в его знаниях, плохое владение категориальным аппаратом, непонимание практического смысла теоретических вопросов, затруднение в понимании наиболее существенных политических теорий, на зачете оценивается «не зачтено».

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

№п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий	Перечень оборудования и технических средств обучения
1	Учебная аудитория №1-405	<u>Помещение для лекционных, практических занятий (семинаров), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:</u> 32 посадочных мест, рабочее место преподавателя, оснащенные учебной мебелью, оборудованием: 1 компьютер – Системный блок (Процессор Intel® Pentium®Dual-Core E5200, 2048 ОЗУ 320 HDD), Монитор Samsung SyncMaster 940NW, клавиатура, мышь; Мультимедийный проектор EPSON EB-440W; Проекционный экран; Акустическая система Sven; Вебкамера Logitech B525; Меловая доска; Программное обеспечение: - Microsoft Windows 7 Enterprise - Microsoft Office 2010 - Google Chrome - Zoom - 7-zip - Foxit Reader

		<p>- 1С: Предприятие 8 (учебная версия)  - Консультант Плюс;  Проводной доступ в Интернет (высокоскоростной).</p>
2	Учебная аудитория №1-109	<p><u>Помещение для лекционных, практических занятий (семинаров), групповых и индивидуальных консультаций, самостоятельной работы обучающихся, текущего контроля и промежуточной аттестации:</u>  24 посадочных мест, рабочее место преподавателя, оснащенные учебной мебелью, оборудованием:  13 компьютеров – Системный блок (Процессор Intel(R) Core(TM) i5-6400 CPU @ 2.70GHz, 4096 МБ ОЗУ SSD Объем: 120 ГБ),  Монитор Philips PHL 243V5 - 24 дюйма, клавиатура, мышь;  Мультимедийный проектор Epson EH-TW535W;  Акустическая система Sven;  Интерактивная доска Smart Board;  Вебкамера Logitech C525;  Программное обеспечение:  - Microsoft Windows 7 Enterprise  - Microsoft Office 2010  - Google Chrome  - Zoom  - Oracle VM VirtualBox  - Visual Studio  - Python 3.7  - 1С: Предприятие 8 (учебная версия)  - Консультант Плюс;  Проводной доступ в Интернет (высокоскоростной), возможность доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.</p>

