

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ястребов Олег Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.04.2026 11:08:55
Уникальный программный ключ:
ca953a0120d891083f939674078af1a089daa18a

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»

Медицинский институт

(наименование основного учебного подразделения (ОУП) – разработчика программы)

Кафедра физвоспитания и спорта

(наименование базового учебного подразделения (БУП) – разработчика программы)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Оздоровительная и адаптивная физическая культура

(наименование дисциплины/модуля)

Научная специальность:

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

(шифр и наименование научной специальности)

Освоение дисциплины ведется в рамках реализации программы аспирантуры:

Оздоровительная и адаптивная физическая культура

(наименование программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре)

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» является формирование у обучающихся способности к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях, самостоятельно осуществлять научно-исследовательскую деятельность в соответствующей профессиональной области с использованием современных методов исследования и информационно-коммуникационных технологий.

Задачи:

- научить обучающихся использованию современных источников информации в образовательном и научном процессе, повысить уровень их информационной культуры;
- приобщить обучающихся к преподавательской деятельности по основным образовательным программам высшего образования, участию в работе российских и международных исследовательских коллективов по решению научных и научно-образовательных задач.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» аспирант должен:

знать:

- систему современного научного знания теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки;
- содержание и классификацию современных методов научного исследования в сфере физической культуры и спорта;
- основы формирования индивидуального стиля деятельности, умений и навыков педагогического общения, основные средства и методы решения педагогических задач области физической культуры и спорта;
- методы критического анализа современных научных исследований в области физической культуры и спорта;
- нормативную базу, современные педагогические технологии спортивного совершенствования с целью применения их в учебно-тренировочном процессе;

уметь:

- оперировать современными научно-теоретическими знаниями в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки;
- выбирать подходы и ориентиры в ведении исследований в области теории и методики спорта;
- подбирать эффективные методы исследования в самостоятельной научно-исследовательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- принимать самостоятельные мотивированные решения в нестандартных ситуациях и быть готовым к несению ответственности за их последствия;
- проводить анализ полученных исследований на метапредметном уровне, генерировать новые идеи в соответствии с современными тенденциями развития науки в области теории и методики спорта;
- составлять текущие документы сопровождения учебно-тренировочного процесса;
- анализировать целесообразность применения средств и методов физического воспитания для успешной реализации новейших педагогических технологий;
- принимать решения и выстраивать линию профессионального поведения с учетом этических норм принятых в области физической культуры и спорта;

владеть:

- способностью к решению теоретических, методических и научно-прикладных проблем физического воспитания, спортивной тренировки;
- эффективными методами исследования в самостоятельной научно-исследовательской деятельности в области теории и методики спорта;
- навыками к преподавательской деятельности по образовательным программам высшего образования;
- умением к принятию самостоятельных мотивированных решений в нестандартных ситуациях и готовностью нести ответственность за их последствия;
- - навыками разработки новых технологий методов и подходов в учебно-тренировочный процесс.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» составляет 4 зачетные единицы (144 ак. ч.).

Вид учебной работы	Всего, ак. ч.	Семестр
		3
<i>Контактная работа</i>		
в том числе:		
Лекции (ЛК)	30	30
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
Практические/семинарские занятия (СЗ)	30	30
<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	48	48
<i>Контроль (зачет с оценкой/экзамен)</i>	36	36
Общая трудоемкость дисциплины	ак. ч.	144
	зач. ед.	4

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (темы)	Вид учебной работы
Раздел 1. Теоретические и методические основы физической культуры	Тема 1.1. Теоретико-методические и научные проблемы совершенствования системы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.	ЛК, СЗ
	Тема 1.2. Основные направления и перспективы развития физической культуры в современном обществе.	ЛК, СЗ
	Тема 1.3. Общая характеристика и современное развитие отечественной и зарубежных систем физической культуры	ЛК, СЗ
	Тема 1.4. Физическое воспитание как основной процесс педагогически направленного функционирования физической культуры	ЛК, СЗ
	Тема 1.5. Теоретико-методические проблемы содержания физкультурного образования (общего, специального, среднего, высшего), программные и нормативные основы физического воспитания.	ЛК, СЗ
	Тема 1.6. Теоретико-методическая проблематика воспитания физических качеств и сопряженных с ними двигательных способностей человека	ЛК, СЗ
	Тема 1.7. Теоретико-методические основы формирования двигательных действий. Современное представление о содержании и формах физических упражнений	ЛК, СЗ
	Тема 1.8. Современные проблемы разработки содержания, форм организации и методики физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста	ЛК, СЗ
	Тема 1.9. Управление процессом физического воспитания с применением современных технологий	ЛК, СЗ
Раздел 2. Организация и научно-методические проблемы процесса спортивного совершенствования	Тема 2.1. Социальные функции спорта	
	Тема 2.2. Проблематика теории и методики детско-юношеского спорта	ЛК, СЗ
	Тема 2.3. Современное состояние и перспективы развития студенческого спорта в России и за рубежом	ЛК, СЗ
	Тема 2.4. Теоретико-методическое обоснование технологии проектирования системы подготовки спортсменов	ЛК, СЗ
	Тема 2.5. Научно-методические основы совершенствования спорта высших достижений	ЛК, СЗ
	Тема 2.6. Управление учебно-тренировочным процессом с использованием компьютерных технологий.	ЛК, СЗ

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы
Лекционная / Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций	Комплект специализированной мебели; технические средства: Моноблок MSI (no) - 13 Моноблок Lenovo c560 – 3, Моноблок hp pro one – 1, Интерактивная система Smart Unifi45 – 1, Проектор Notevision – 1, Проекционный экран Cactus – 1, Компьютерная гарнитура -17, Портативная камера для документов – 1. Имеется выход в интернет. Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams).
Для самостоятельной работы обучающихся	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС	Комплект специализированной мебели (11 посадочных мест); технические средства: Моноблок Lenovo Idea Centre, проектор ViewSonic p9d6253, имеется выход в интернет, Проекционный экран Cactus, гарнитуры Plantronics Audio 655 Dsp Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams)
	Компьютерный класс для самостоятельной работы обучающихся.	Комплект специализированной мебели (11 посадочных мест); технические средства: Ноутбук ASUS X542U, Моноблок Lenovo IdeaC, Проекционный экран Cactus, Проектор Toshiba, имеется выход в интернет. Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Губа, В. П.; Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований Электронный ресурс: Учебно-методическое пособие / В. П. Губа, В. В. Пресняков. - Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований, 2022-07-01. - Москва: Человек, 2015. - 288 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-906131-53-9

2. Михалкин, Н.В; Методология и методика научного исследования Электронный ресурс: учебное пособие / Н.В. Михалкин. - Методология и методика научного

исследования, 2020-06-14. - Москва: Российский государственный университет правосудия, 2017. - 272 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-93916-548-8
 3. Новиков, В. К. Методология и методы научного исследования / В.К. Новиков. - Москва Альтаир. МГАВТ, 2015. - 211 с.

Дополнительная литература:

1. Евдокимов, В. И. (д-р мед. наук). Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту: методическое пособие / В.И. Евдокимов, О.А. Чурганов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2010. - 246 с.: ил. - Библиогр. в конце кн. (75 назв.). - ISBN 978-5-9718-0451-2

2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. - М.: Советский спорт, 2013. - 280 с. - На учебнике гриф: Рек.УМО. - Библиогр.: с. 276-277. - ISBN 978-5-9718-0616-5

3. Пустынникова, Е.В; Методология научного исследования Электронный ресурс: учебное пособие / Е.В. Пустынникова. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 126 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0185-9

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к материалам которых аспиранты университета имеют доступ на основании заключенных договоров:

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <http://lib.rudn.ru/MegaPro/Web>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>
- ЭБС - «Образовательная платформа Юрайт» <http://www.biblio-online.ru>
- ЭБС «Консультант студента» www.studentlibrary.ru, интегрирован в ЭБС РУДН
- ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Троицкий мост», интегрирован в ЭБС РУДН
- ЭБС ВООКУР - профессиональная медицинская литература <http://books-up.ru/>

2. Базы данных

информация об универсальных и профильных информационных базах для отбора и включения в программу размещена на сайте УНИБЦ (НБ), ссылка на раздел <https://lib.rudn.ru/8>

- SCOPUS - наукометрическая, реферативная база данных с организованным доступом к публикациям открытого доступа <http://www.elsevierscience.ru/products/scopus/>

- WOS - наукометрическая, реферативная база данных с организованным доступом к публикациям открытого доступа webofscience.com

- Академия Google (англ. Google Scholar) - <https://scholar.google.ru/>

- НЭБ, РИНЦ на платформе eLibrary.ru - <https://elibrary.ru/>

- Репозиторий РУДН - <https://repository.rudn.ru/>

3. поисковые системы:

- электронный фонд правовой и нормативно-технической документации <http://docs.cntd.ru/>

- поисковая система Яндекс <https://www.yandex.ru/>

- поисковая система Google <https://www.google.ru/>

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля размещены на странице дисциплины в ТУИС.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля:

Курс лекций по дисциплине «Оздоровительная и адаптивная физическая культура».

7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценочные материалы и балльно-рейтинговая система оценки освоения дисциплины представлены в ТУИС.

РАЗРАБОТЧИКИ:

Доцент кафедры физвоспитания и спорта

Милашечкина Е.А.

РУКОВОДИТЕЛЬ БУП

Зав. кафедрой физвоспитания и спорта

Лебедева Т.Р.