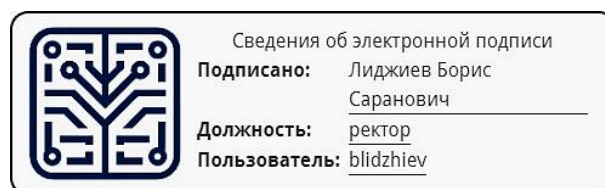


**Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Информационно-технологический университет»  
(АНО ВО ИТУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор АНО ВО ИТУ Б.С. Лиджиев



«17» января 2025 г.

**Б1.О.02 МОДУЛЬ ДИСЦИПЛИН ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**Б1.О.02.ДЭ.01.04 АДАПТИВНАЯ ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

**Для направления подготовки:**

40.03.01 Юриспруденция  
(уровень бакалавриата)

**Типы задач профессиональной деятельности:**

правоприменительный; экспертно-консультационный

**Направленность (профиль):**

Гражданско-правовой

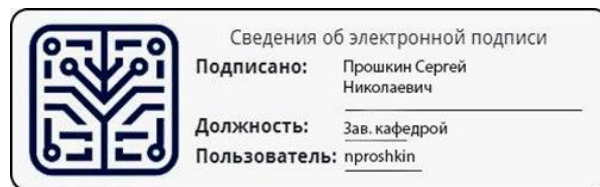
**Форма обучения:**

очная, очно-заочная, заочная

Разработчик: Прошкин Сергей Николаевич, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой Физкультуры и военной подготовки АНО ВО ИТУ.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО 40.03.01 Юриспруденция (уровень бакалавриата), утв. Приказом Министерства образования и науки РФ № 1011 от 13.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО:  
Заведующий кафедрой  
Физкультуры и военной подготовки  
канд. пед. наук, доцент Прошкин С.Н.



Протокол заседания кафедры № 05 от «16» января 2025 г.

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель освоения дисциплины:** формирование физической культуры личности, физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; развитие способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта с учетом нозологии обучающегося для сохранения и укрепления здоровья, повышения адаптационных резервов организма, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности; на приобретение обучающимися знаний, умений и навыков физкультурно-оздоровительной деятельности, проявляющихся в умении самостоятельно проводить занятия по укреплению здоровья, совершенствованию физического развития и физической подготовленности, как в условиях учебной деятельности, так и в различных формах активного отдыха и досуга.

### **Задачи:**

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке бакалавра к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре и установки на здоровый стиль жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

### 2.1. Место дисциплины в учебном плане:

**Блок:** Блок 1. Дисциплины (модули).

**Часть:** Обязательная часть.

**Модуль:** дисциплин по физической культуре и спорту.

**Осваивается (семестр):**

очная форма обучения – 1,2,3,4,5,6

очно-заочная форма обучения – 1,2,3,4,5,6

заочная форма обучения - 1,2,3,4,5,6

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**УК-7** - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

#### 4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Знает:</b> нормы здорового образа жизни <b>Умеет:</b> применять нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности <b>Владеет:</b> навыком применения норм здорового образа жизни как основы для полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	<b>Знает:</b> здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности <b>Умеет:</b> применять здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности <b>Владеет:</b> навыком применения здоровьесберегающих приемов физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности

#### 5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Общая трудоемкость дисциплины «Адаптивная общефизическая подготовка» (элективная дисциплина) для обучающихся всех форм обучения, реализуемых в АНО ВО ИТУ по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция составляет: 328 час.

Вид учебной работы	Всего число часов и (или) зачетных единиц (по формам обучения)		
	Очная	Очно-заочная	Заочная
<b>Общая трудоемкость з.е. / час.</b>	<b>328 час.</b>		
<b>Аудиторные занятия</b>	328	-	-
<i>в том числе:</i>			
Лекции	-	-	-
Практические занятия	328	-	-

Лабораторные работы	-	-	
<b>Самостоятельная работа</b>	-	328	304
<i>в том числе:</i>			
часы на выполнение КР / КП	-	-	-
<b>Промежуточная аттестация:</b>			
Вид	Зачет	Зачет	Зачет
Семестр	1/2/3/4/5/6	1/2/3/4/5/6	1/2/3/4/5/6
Трудоемкость (час.)	-	-	4/4/4/4/4/4

## 6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Номер темы дисциплины	Количество часов (по формам обучения)												
	Очная				Очно-заочная				Заочная				
	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самост. работа (в т.ч. КР / КП)	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самост. работа (в т.ч. КР / КП)	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самост. работа (в т.ч. КР / КП)	
Тема 1		32					32					28	
<b>Итого за 1 семестр (часов)</b>		<b>32</b>					<b>32</b>					<b>28</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
Тема 2		32					32					28	
<b>Итого за 2 семестр (часов)</b>		<b>32</b>					<b>32</b>					<b>28</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
Тема 3		66					66					62	
<b>Итого за 3 семестр (часов)</b>		<b>66</b>					<b>66</b>					<b>62</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
Тема 4		66					66					62	
<b>Итого за 4 семестр (часов)</b>		<b>66</b>					<b>66</b>					<b>62</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
Тема 5		66					66					62	
<b>Итого за 5 семестр (часов)</b>		<b>66</b>					<b>66</b>					<b>62</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
Тема 6		36					36					32	
Тема 7		30					30					30	
<b>Итого за 6 семестр (часов)</b>		<b>66</b>					<b>66</b>					<b>62</b>	
Форма контроля	зачет				зачет				зачет				4
<b>Итого (часов)</b>		<b>328</b>	-				<b>328</b>				-		
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>328 час.</b>												

## СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

### **Тема 1. Введение в адаптивную общефизическую подготовку и безопасную двигательную активность**

Адаптивная общефизическая подготовка: цели, задачи и значение для обучающихся с ОВЗ, инвалидов (детей-инвалидов). Индивидуальный подход и доступность физической активности. Основы безопасности при выполнении физических упражнений. Противопоказания, ограничения и необходимость учёта медицинских рекомендаций. Самоконтроль самочувствия: пульс, дыхание, утомление, боль, дискомфорт. Первичное знакомство с щадящими двигательными упражнениями. Составление индивидуальной карты самонаблюдения. Заполнение анкеты самочувствия и двигательной активности. Анализ личных условий безопасной физической активности.

### **Тема 2. Щадящая оздоровительная гимнастика и культура безопасного движения**

Оздоровительная гимнастика в адаптивной физической подготовке. Разминка, основная часть и восстановление в щадящем двигательном режиме. Медленные общеразвивающие упражнения без оборудования. Упражнения для осанки и профилактики мышечного напряжения. Упражнения на мягкое развитие гибкости и подвижности суставов. Дыхательные упражнения и упражнения на расслабление. Подбор упражнений с учётом индивидуальных возможностей. Составление щадящего комплекса утренней гимнастики. Подбор безопасных упражнений для ежедневной активности. Оформление личного комплекса щадящей гимнастики.

### **Тема 3. Развитие физических качеств в адаптированном режиме**

Физические качества и особенности их развития у обучающихся с ОВЗ, инвалидов (детей-инвалидов). Дозирование нагрузки: интенсивность, длительность, паузы отдыха. Упражнения малой и умеренной интенсивности для общей выносливости. Упражнения для развития силы с собственным весом в облегчённых вариантах. Координационные упражнения в индивидуальном темпе. Упражнения со скакалкой в адаптированном формате. Упражнения с обручами для координации и пространственной ориентации. Упражнения с мячом для развития реакции, ловкости и взаимодействия. Адаптированная круговая тренировка с паузами восстановления. Анализ реакции организма на разные виды нагрузки. Корректировка нагрузки по данным самоконтроля. Ведение цифрового дневника нагрузки и самочувствия. Анализ индивидуальной переносимости упражнений.

### **Тема 4. Профилактика утомления, гиподинамии и нарушений, связанных с учебной деятельностью**

Гиподинамия и её влияние на здоровье обучающихся с ОВЗ, инвалидов (детей-инвалидов). Утомление, переутомление и признаки неблагоприятной реакции на нагрузку. Двигательные паузы в учебной деятельности. Комплекс упражнений при длительной работе за компьютером. Упражнения для профилактики напряжения мышц шеи, плечевого пояса и спины. Упражнения для глаз, дыхания и снятия статического напряжения. Восстановительные упражнения после учебной нагрузки. Составление индивидуального комплекса двигательных пауз. Анализ факторов утомления в течение учебного дня. Оформление памятки «Мои способы восстановления».

### **Тема 5. Адаптированные подвижные игры и групповое взаимодействие**

Подвижные игры в адаптивной физической подготовке. Правила безопасного участия в групповой двигательной деятельности. Адаптация правил игры под разные возможности участников. Игры малой интенсивности с мячом. Игровые упражнения с обручами. Игровые упражнения со скакалками в щадящем режиме. Командные задания

без жёсткого соревновательного акцента. Упрощённые игры с элементами баскетбола. Упрощённые игры с использованием сетки. Игры на взаимодействие, поддержку и взаимопомощь.

#### **Тема 6. Цифровое сопровождение адаптивной физической подготовки**

Цифровые инструменты самоконтроля физической активности. Электронный дневник самочувствия и двигательной активности. Анализ данных: пульс, настроение, утомление, продолжительность активности. Подбор цифровых материалов для адаптивной гимнастики. Критерии безопасного выбора онлайн-упражнений. Практическая проверка индивидуального комплекса упражнений. Коррекция индивидуального комплекса по результатам самонаблюдения. Подготовка индивидуального плана адаптивной физической активности. Заполнение электронного дневника самоконтроля. Подготовка индивидуального плана двигательной активности.

#### **Тема 7. Индивидуальная программа адаптивной общефизической подготовки**

Принципы составления индивидуальной программы адаптивной ОФП. Выбор упражнений по уровню доступности и самочувствию. Планирование недельного режима двигательной активности. Практическое выполнение индивидуальных комплексов упражнений. Самоанализ трудностей и достижений в адаптивной физической подготовке. Корректировка индивидуальной программы. Выполнение адаптированного комплекса упражнений. Оформление индивидуальной программы адаптивной ОФП. Подготовка отчёта по дневнику самоконтроля. Повторное выполнение доступных контрольных упражнений без соревновательного давления. Сравнение индивидуальной динамики без сопоставления с другими обучающимися. Закрепление комплекса безопасной двигательной активности. Адаптивная физическая подготовка как ресурс здоровья и самостоятельности. Рефлексия результатов и дальнейшее планирование двигательной активности.

#### **Примерные темы практических занятий, проводимых в учебной аудитории:**

1. Адаптивная общефизическая подготовка: цели, задачи и значение для обучающихся с ОВЗ, инвалидов (детей-инвалидов).
2. Индивидуальный подход и доступность физической активности.
3. Основы безопасности при выполнении физических упражнений.
4. Противопоказания, ограничения и необходимость учёта медицинских рекомендаций.
5. Самоконтроль самочувствия: пульс, дыхание, утомление, боль, дискомфорт.
6. Составление индивидуальной карты самонаблюдения.
7. Оздоровительная гимнастика в адаптивной физической подготовке.
8. Разминка, основная часть и восстановление в щадящем двигательном режиме.
9. Подбор упражнений с учётом индивидуальных возможностей.
10. Составление щадящего комплекса утренней гимнастики.
11. Физические качества и особенности их развития у обучающихся с ОВЗ инвалидов (детей-инвалидов).
12. Дозирование нагрузки: интенсивность, длительность, паузы отдыха.
13. Анализ реакции организма на разные виды нагрузки.
14. Корректировка нагрузки по данным самоконтроля.
15. Гиподинамия и её влияние на здоровье обучающихся с ОВЗ, инвалидов (детей-инвалидов).
16. Утомление, переутомление и признаки неблагоприятной реакции на нагрузку.
17. Двигательные паузы в учебной деятельности.
18. Комплекс упражнений при длительной работе за компьютером.
19. Упражнения для глаз, дыхания и снятия статического напряжения.

20. Составление индивидуального комплекса двигательных пауз.
21. Подвижные игры в адаптивной физической подготовке.
22. Правила безопасного участия в групповой двигательной деятельности.
23. Адаптация правил игры под разные возможности участников.
24. Цифровые инструменты самоконтроля физической активности.
25. Электронный дневник самочувствия и двигательной активности.
26. Анализ данных: пульс, настроение, утомление, продолжительность активности.
27. Подбор цифровых материалов для адаптивной гимнастики.
28. Критерии безопасного выбора онлайн-упражнений.
29. Коррекция индивидуального комплекса по результатам самонаблюдения.
30. Подготовка индивидуального плана адаптивной физической активности.
31. Принципы составления индивидуальной программы адаптивной ОФП.
32. Выбор упражнений по уровню доступности и самочувствию.
33. Планирование недельного режима двигательной активности.
34. Самоанализ трудностей и достижений в адаптивной физической подготовке.
35. Корректировка индивидуальной программы.
36. Рефлексия результатов и дальнейшее планирование двигательной активности.

### **Примерные темы практических занятий, проводимых в спортивном зале:**

1. Первичное знакомство с шадящими двигательными упражнениями.
2. Медленные общеразвивающие упражнения без оборудования.
3. Упражнения для осанки и профилактики мышечного напряжения.
4. Упражнения на мягкое развитие гибкости и подвижности суставов.
5. Дыхательные упражнения и упражнения на расслабление.
6. Упражнения малой и умеренной интенсивности для общей выносливости.
7. Упражнения для развития силы с собственным весом в облегчённых вариантах.
8. Координационные упражнения в индивидуальном темпе.
9. Упражнения со скакалкой в адаптированном формате.
10. Упражнения с обручами для координации и пространственной ориентации.
11. Упражнения с мячом для развития реакции, ловкости и взаимодействия.
12. Адаптированная круговая тренировка с паузами восстановления.
13. Упражнения для профилактики напряжения мышц шеи, плечевого пояса и спины.
14. Восстановительные упражнения после учебной нагрузки.
15. Игры малой интенсивности с мячом.
16. Игровые упражнения с обручами.
17. Игровые упражнения со скакалками в шадящем режиме.
18. Командные задания без жёсткого соревновательного акцента.
19. Упрощённые игры с элементами баскетбола.
20. Упрощённые игры с использованием сетки.
21. Игры на взаимодействие, поддержку и взаимопомощь.
22. Практическая проверка индивидуального комплекса упражнений.
23. Практическое выполнение индивидуальных комплексов упражнений.
24. Выполнение адаптированного комплекса упражнений.
25. Повторное выполнение доступных контрольных упражнений без соревновательного давления.
26. Сравнение индивидуальной динамики без сопоставления с другими обучающимися.
27. Закрепление комплекса безопасной двигательной активности.
28. Адаптивная физическая подготовка как ресурс здоровья и самостоятельности.

### **Примерные темы заданий для самостоятельной работы:**

1. Заполнение анкеты самочувствия и двигательной активности.
2. Анализ личных условий безопасной физической активности.
3. Подбор безопасных упражнений для ежедневной активности.
4. Оформление личного комплекса щадящей гимнастики.
5. Ведение цифрового дневника нагрузки и самочувствия.
6. Анализ индивидуальной переносимости упражнений.
7. Анализ факторов утомления в течение учебного дня.
8. Оформление памятки «Мои способы восстановления».
9. Заполнение электронного дневника самоконтроля.
10. Подготовка индивидуального плана двигательной активности.
11. Оформление индивидуальной программы адаптивной ОФП.
12. Подготовка отчёта по дневнику самоконтроля.
13. Подготовка итоговой самооценки результатов курса.

## **7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ**

Курсовая работа не предусмотрена

## **8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы: Фонд оценочных средств (материалов) по компетенциям представлен на сайте в разделе «Фонд оценочных средств (материалов)».

## **9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **9.1. Рекомендуемая литература:**

- Кузнецов, И. А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / И. А. Кузнецов, А. Э. Буров, И. В. Качанов. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 152 с. — ISBN 978-5-4497-3628-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142818.html>
- Совершенствование структуры управления адаптивной физической культурой и контроля спортивной подготовки в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья : монография / Т. П. Бегидова, М. В. Бегидов, И. Е. Попова [и др.] ; под редакцией Т. П. Бегидовой. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 202 с. — ISBN 978-5-4497-0953-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103445.html>
- Шонус, Д. Х. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы : учебное пособие / Д. Х. Шонус. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 36 с. — ISBN 978-5-4263-1362-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/139170.html>
- Петраков, М. А. Адаптивная физическая культура : учебно-методическое пособие для проведения учебных занятий со студентами аграрного вуза / М. А. Петраков, С. Н.

Прудников. — Брянск : Брянский государственный аграрный университет, 2024. — 38 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/147622.html>

## **9.2. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.**

АНО ВО ИТУ обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Программное обеспечение, необходимое для осуществления образовательного процесса по дисциплине:

*Лицензионное программное обеспечение (в том числе, отечественного производства):*

Операционная система Windows Professional 10;

ПО браузер – приложение операционной системы, предназначенное для просмотра Web-страниц;

Цифровой образовательный сервис «Личная студия обучающегося» (отечественное ПО);

Цифровой образовательный сервис «Личный кабинет преподавателя» (отечественное ПО);

Платформа проведения вебинаров (отечественное ПО);

Платформа проведения аттестационных процедур с использованием каналов связи (отечественное ПО).

Информационная технология. Программа управления образовательным процессом.

*Свободно распространяемое программное обеспечение (в том числе отечественного производства):*

Мой Офис Веб-редакторы <https://edit.myoffice.ru> (отечественное ПО);

ПО OpenOffice.Org Calc - [http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html);

ПО OpenOffice.Org.Base [http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html);

ПО OpenOffice.org.Impress

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.Org Writer

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО Open Office.org Draw

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО «Блокнот» - стандартное приложение операционной системы (MS Windows, Android и т.д.), предназначенное для работы с текстами.

## **9.3. Перечень современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем и ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <https://ro-edu.ru/> - Медиалпортал «Российское образование»
2. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRsmart (ЭБС IPRsmart) –электронная библиотека по всем отраслям знаний
3. <https://www.elibrary.ru/> - электронно-библиотечная система eLIBRARY.RU, крупнейшая в России электронная библиотека научных публикаций
4. <http://www.consultant.ru/> - справочная правовая система КонсультантПлюс
5. <https://www.garant.ru/> - справочная правовая система Гарант
6. <https://gufo.me/> - справочная база энциклопедий и словарей

7. <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> - База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ
8. <https://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/> - база данных нормативно-правовой документации государственной политики в сфере спорта и международного сотрудничества
9. <https://www.minsport.gov.ru/ministry/> - сайт Министерства спорта РФ
10. <https://www.olympic.org/> - сайт Международного Олимпийского комитета
11. <http://olympic.ru/> - сайт Олимпийского комитета России (ОКР)
12. <https://paralymp.ru/> - официальный сайт Паралимпийского комитета России
13. <http://www.fpoda.ru/> - Общероссийская общественная организация «Всероссийская Федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата»

## **10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине представлено в Приложении 8 - Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий ОПОП ВО по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, направленность (профиль) «Гражданско-правовой».

## **11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических и/или лабораторных занятий, организации самостоятельной работы обучающихся, консультаций.

Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес к учебной деятельности и конкретной учебной дисциплине, сформировать у обучающихся ориентиры для самостоятельной работы над учебной дисциплиной.

Основной целью практических и/или лабораторных занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов, их методологическая и методическая проработка, выполнение практических заданий.

Самостоятельная работа с учебной, учебно-методической и научной литературой, дополняется работой с тестирующими системами, тренинговыми программами, с информационными базами, электронными образовательными ресурсами в электронной информационно-образовательной среде организации и сети Интернет.

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Реализация поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- качественное освоение теоретического материала по изучаемой дисциплине, углубление и расширение теоретических знаний с целью их применения на уровне межпредметных связей;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков;
- формирование умений по поиску и использованию нормативной, правовой, справочной и специальной литературы, а также других источников информации;

- развитие познавательных способностей и активности, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие научно-исследовательских навыков;
- формирование умения решать практические задачи (в профессиональной деятельности), используя приобретенные знания, способности и навыки.

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса.

Самостоятельная работа предполагает инициативу самого обучающегося в процессе сбора и усвоения информации, приобретения новых знаний, умений и навыков и ответственность его за планирование, реализацию и оценку результатов учебной деятельности. Процесс освоения знаниями при самостоятельной работе не обособлен от других форм обучения.

Самостоятельная работа по подготовке письменных работ должна:

- быть выполнена индивидуально (или являться частью коллективной работы);
- представлять собой законченную разработку (этап разработки), в которой анализируются актуальные проблемы по определенной теме и ее отдельных аспектов;
- отражать необходимую и достаточную компетентность автора;
- иметь учебную, научную и/или практическую направленность;
- быть оформлена структурно и логически последовательно;
- содержать краткие и четкие формулировки, убедительную аргументацию, доказательность и обоснованность выводов;
- соответствовать этическим нормам (правила цитирования и парафраз; ссылки на использованные библиографические источники; исключение плагиата, дублирования собственного текста и использования чужих работ).

### **11.1. Особенности организации образовательного процесса для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) (в случае наличия таких категорий, обучающихся)**

Образовательный процесс включает в себя теоретическое обучение, все виды практик, воспитательную работу, мероприятия по комплексному сопровождению для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Образовательная программа может быть адаптирована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) (адаптивная образовательная программа). Адаптивная образовательная программа разрабатывается на основании личного заявления обучающегося (законного представителя) и рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии и/или справке медико-социальной экспертизы, индивидуальная программа реабилитации или абилитации.

При разработке адаптивной образовательной программы учитываются особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов), исходя из особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) по их заявлению предоставляются специальные технические средства, программные средства и услуги ассистента (помощника), оказывающего необходимую техническую помощь.

При реализации адаптивной образовательной программы обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) предоставляются следующие возможности:

- использование специальных технических средств;
- обеспечение электронными образовательными ресурсами, использующими аудио сопровождение учебного материала;
- обеспечение электронными образовательными ресурсами с возможностью увеличения размера шрифта;
- обеспечение печатными образовательными ресурсами;
- особенности процедур аттестации.

При реализации адаптивной образовательной программы применяются следующие формы контроля и оценки результатов обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в зависимости от характера ограничений здоровья.

Для обучающихся с нарушением зрения:

- устная проверка: дискуссии, тренинги, круглые столы и др.;
- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.;
- при возможности, письменная проверка с использованием шрифта Брайля, увеличенного шрифта, использование специальных технических средств: контрольные работы, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.

Для обучающихся с нарушением слуха:

- письменная проверка: контрольные, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;
- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.;
- при возможности, устная проверка с использованием специальных технических и программных средств, дискуссии, тренинги, круглые столы и др.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата:

- письменная проверка с использованием специальных технических средств: контрольные работы, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;
- устная проверка с использованием специальных технических средств: дискуссии, тренинги, круглые столы и др.;
- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

- проведение аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями

здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими инвалидности и ОВЗ, если это не создает трудностей для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) и иных обучающихся при прохождении аттестации;

- присутствие в аудитории ассистента (помощника), оказывающего обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с экзаменатором);

- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в аудиторию, спортивный зал, санитарные и другие вспомогательные помещения.

По письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) продолжительность сдачи экзамена может быть увеличена по отношению к установленной продолжительности его сдачи:

- продолжительность сдачи экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут.

О необходимости обеспечения специальных условий для проведения аттестации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов), обучающийся должен сообщить письменно не позднее, чем за 10 дней до начала аттестации. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей (при отсутствии указанных документов в организации).