

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.15 Медицинские основы адаптивной  
физической культуры и спорта**

для студентов, обучающихся по специальности

**49.02.02 Адаптивная физическая культура**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н, с учетом примерной образовательной программы среднего профессионального образования, рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 28 августа 2023 г. № 640 по специальности

код

**49.02.02**

наименование специальности

**Адаптивная физическая культура**

*(программа подготовки специалистов среднего звена)*

**Разработчики:**

	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень (звание) [квалификационная категория]</b>	<b>Должность</b>
1	Ширяева О.А.	Высшая	преподаватель

**Рассмотрено на заседании ПЦК**

	<b>Фамилия, имя, отчество руководителя ПЦК</b>	<b>Дата заседания ПЦК</b>	<b>№ протокола</b>
1	Масютина И.А.	05.06.2026	11

**Согласовано на заседании научно-методического совета**

	<b>Дата заседания НМС</b>	<b>№ протокола</b>
	08.06.2026	10

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ...	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.15 Медицинские основы физической культуры и спорта

### 1.1 Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

49.02.02

Адаптивная физическая культура

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

### 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Общепрофессиональный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ

Учебная дисциплина связана с дисциплиной ОП.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена общепрофессионального цикла.

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.01 ОК 02 ОК 08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять визуально биомеханические нарушения;</li> <li>- определять длины частей тела и их центры масс;</li> <li>- определять силы тяжести мышц в различных статических положениях;</li> <li>- исследовать и оценивать статическую позу спортсмена;</li> <li>- определять положение общего центра масс тела спортсмена;</li> <li>- оценивать развитие двигательных качеств;</li> <li>- применять знания по биомеханике для составления программы занятий физической культурой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику двигательных действий;</li> <li>- биомеханику двигательных качеств человека;</li> <li>- половозрастные особенности моторики человека;</li> <li>- биомеханические основы физических упражнений.</li> </ul>

Освоение дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных, **цифровых** компетенций:

<b>Код</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
<b>КК. 1</b>	<b>Коммуникация и кооперация в цифровой среде</b>
<b>КК. 2.</b>	<b>Саморазвитие в условиях неопределенности</b>
<b>КК. 4.</b>	<b>Управление информацией и данными</b>
<b>КК. 5.</b>	<b>Критическое мышление в цифровой среде</b>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	36
в т.ч.:	
теоретическое обучение	18
практические занятия	16
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета в 5 семестре</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОП.15 Медицинские основы физической культуры и спорта»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
	<b>5 семестр</b>	<b>18/18</b>	
<b>Тема 1.</b> Общие понятия «здоровья» и «болезнь»	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Понятие о здоровье. Понятие о болезни. Причины возникновения болезни. Социальные факторы. Индивидуальное здоровье. Индекс общественного здоровья	1	
<b>Тема 2.</b> Врожденные пороки развития	<b>Содержание</b>	<b>1/0</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Тератогенетический терминационный период. Основные клеточные механизмы. Основные тканевые механизмы	1	
<b>Тема 3.</b> Этиология и патогенез болезни	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Роль этиологического фактора в патогенезе. Этиологический фактор как пусковой фактор болезни. Роль в патогенезе болезни причинно-следственных отношений и порочных кругов. Роль ведущего звена патогенеза	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Практическое занятие 1. Изучение причин возникновения болезни	2	
<b>Тема 4.</b> Выявление медико-социальных проблем детей инвалидов	<b>Содержание</b>	<b>2/0</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Дефект или нарушение: любая утрата психической, физиологической или анатомической структуры или функции, или отклонение от нее. Инвалидность: ограниченность конкретного индивидуума, вытекающая из дефекта или инвалидности. Нетрудоспособность: ограниченность конкретного индивидуума, которая вызвана дефектом или инвалидностью	2	
<b>Тема 5.</b> Причины возникновения ДЦП	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Этиологический фактор ДЦП, действующий внутриутробно. Факторы риска развития ДЦП, влияющим на ребенка в период родов. Классификация ДЦП, симптомы	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Практическое занятие 2. Реабилитация детей с диагнозом ДЦП	2	
<b>Тема 1.6.</b> Пороки центральной нервной системы	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Нарушения умственного развития и болезни органов чувств. Дефект зрения миопия. Врожденная тугоухость	1	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Практическое занятие 3. Реабилитация детей с пороками центральной нервной системой	2	
<b>Тема 1.7.</b> Пороки сердечно-сосудистой системы	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Атеросклероз, ишемия и инфаркт миокарда-болезни сердца. Физическая реабилитация сердечно-сосудистой системы	2	
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Практическое занятие 4. Реабилитация при пороках сердца у детей	2	
<b>Тема 1.8.</b> Патологии костно-мышечной	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Паратиреоидная остеодистрофия, патологическая анатомия. Остеомиелит – воспаление костного мозга,	1	

системы	этиология, патогенез. Фиброзная дисплазия. Классификация: монооссальная и полиоссальная. Осложнения		
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие <b>5.</b> Физические нагрузки для людей с патологиями косо-мышечной системы	1	
	Практическое занятие <b>6.</b> Функциональное состояние костно-мышечной системы	1	
<b>Тема 1.9.</b> Медицинские методы и профилактика сколиоза	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Три степени сколиоза. Метод выявления сколиоза и неправильной осанки. Медицинские методы лечения и профилактики сколиоза	<b>1</b>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие <b>7.</b> Профилактика сколиоза	2	
<b>Тема 1.10.</b> Наследственность в патологии	<b>Содержание</b>	<b>1/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Причины возникновения синдрома Дауна, симптомы и признаки. Определенные изменения со стороны внутренних органов у детей с синдромом Дауна: катаракта, глаукома, страбизм-косоглазие) нарушение слуха, заболевания щитовидной железы (врожденный гипотиреоз). Диагностика синдрома, лечение и прогноз	<b>1</b>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие <b>8.</b> Реабилитация детей с диагнозом Дауна	2	
<b>Тема 1.11.</b> Эпилепсия	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Причины возникновения, генетическая предрасположенность. Психические факторы. Классификация эпилепсии и эпилептических синдромов. Лечение и профилактика эпилепсии	<b>2</b>	
<b>Тема 1.12.</b> Заболевание и патологические состояния при нерациональных занятиях спортом	<b>Содержание</b>	<b>2/2</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 08
	Острое и хроническое физическое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые патологические состояния	<b>2</b>	
	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие <b>9.</b> Острое физическое перенапряжение	2	
<b>Промежуточная аттестация</b>		2	
<b>Всего:</b>		<b>36 (18/18)</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

- 3.1.1 учебного кабинета Медицинские основы адаптивной физкультуры и спорта
- 3.1.2 лаборатории \_\_\_\_\_
- 3.1.3 зала \_\_\_\_\_
- 3.1.4 мастерских \_\_\_\_\_

3.1.5 Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
<b>Анатомии, физиологии и гигиены, медико-биологических и социальных основ здоровья, лаборатории физической и функциональной диагностики</b>		
1.	Рабочие места по количеству обучающихся	Комплект
2.	Рабочее место преподавателя	1
3.	Рабочая меловая доска	1
<b>I.</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
1	Ноутбук	1
2	Интерактивная доска	1
3	Колонки	2
4	Микроскопы, сантиметровые ленты для практических работ по анатомии.	10
5	Силовой ручной, спирометр (ЖЕЛ), прибор для определения состава вдыхаемого и выдыхаемого воздуха,	1
<b>II.</b>	<b>Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)</b>	
1.	Видеофильмы: «Тело человека»	Д
2.	Презентации по всем разделам курса: клетка, опорно-двигательный аппарат, ткани, пищеварительная система, дыхательная система выделительная система сердечно - сосудистая система, эндокринная система эмбриональное развитие. покровы тела и железы секреции.	Д
<b>III.</b>	<b>Печатные пособия</b>	
1.	Портреты ученых – анатомов, Таблицы: ОДА, кровеносная система, выделительная система, дыхательная, железы внутренней секреции, нервная система, покровы, анализаторы, клетка, пищеварительная система	Д
2.	<b>Муляжи объемные:</b> ОДА – скелет человека, спицы костей, череп, торс человека , нервная система – головной мозг , сердечно-сосудистая система – сердце, дыхательная система – легкие, бронхи, анализаторы .	Д

3.	<b>Плоские цветные муляжи:</b> дыхательная система, железы внутренней секреции, кровеносная система, выделительная система	Д
<b>IV</b>	<b>Учебно-методические материалы по дисциплине</b>	
1	Материалы по теоретической части дисциплины: - Конспекты лекций по всем темам курса (включают: лекцию, презентацию и проверочный блок + ключ ответов) - учебники и пособия по анатомии, физиологии, биохимии, ОМЗ	Д
2	Материалы к практическим занятиям по дисциплине: - учебно-практические материалы	15 экз.
3	Материалы по организации самостоятельной работы: - задания в планах практических занятий; - раздаточный дидактический материал	15 экз
4.	папки индивидуальной подготовки по всем темам (таблицы, рисунки, схемы); раздаточные терминологические словари;	30 экз.
5	Комплекты контрольно-оценочных средств	30 экз (варианты 2-5)
<b>Комплект Конвергентная цифровая лаборатория Vernier для проведения практических и лабораторных занятий по дисциплине:</b>		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Устройство измерения и обработки данных (УИОД)</li> <li>2. Кронштейны для датчиков</li> <li>3. Датчик артериального давления (тонометр)</li> <li>4. Датчик силы (ручной динамометр)</li> <li>5. Датчик температуры</li> <li>6. Датчик температуры поверхности</li> <li>7. Датчик частоты дыхательных движений</li> <li>8. Датчик частоты сердечных сокращений (пульсометр)</li> <li>9. Датчик ЭКГ</li> <li>10. Датчик жизненной емкости легких (спирометр)</li> <li>11. Биокамера (объем 2000 мл)</li> <li>12. Биокамера (объем 250 мл)</li> <li>13. Учебно- методическое пособие по применению цифровой лаборатории по физиологии человека</li> <li>14. Беспроводной датчик ЧДД</li> <li>15. Датчик освещенности (люксметр)</li> <li>16. Датчик атмосферного давления (барометр)</li> <li>17. Датчик скорости потока ветра (анемометр)</li> <li>18. Датчик угла сгиба сустава (гониометр)</li> <li>19. Адаптер для датчика содержания кислорода и спирометра</li> </ol>	

**Условные обозначения**

**Д** – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К** – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

**П** – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

### 3.2 Информационное обеспечение обучения

#### Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

**Основные источники:**

1. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13349-

3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518990>

2. Налобина, А. Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий : учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 507 с. — ISBN 978-5-4488-0269-0, 978-5-4497-0028-5. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/85498> (дата обращения: 17.06.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебное пособие для спо / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 132 с. — ISBN 978-5-507-44361-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/222617> (дата обращения: 20.07.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Федякин, А. А. Теория и организация адаптивной физической культуры / А. А. Федякин. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 212 с. — ISBN 978-5-507-45552-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/311903> (дата обращения: 02.08.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительные источники:**

1. Детская спортивная медицина. Под ред. Тихвинского С.Б.- М.: Медицина, 2006.

2. Журавлева Н.Б., Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура. Медицина, М., 2001.

3. Карпман В. Л. Спортивная медицина. М.: ФиС, 2005.

4. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163498>

### **3.3 Организация образовательного процесса**

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

– организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

– проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

– организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

– организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

– регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

– организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

– Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: [do.kpk.kss45.ru](https://do.kpk.kss45.ru).

– Образовательная платформа «Юрайт».

– Безопасное пространство для общения по учебе «Сферум» в национальном мессенджере МАХ.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– основные понятия общей патологии;</li> <li>– общее учение о болезни, понятия "здоровье" и "болезнь";</li> <li>– этиологию и патогенез;</li> <li>– понятие и предмет тератологии;</li> <li>– классификацию врожденных пороков развития;</li> <li>– основы частной патологии;</li> <li>– медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой;</li> <li>– основы врачебного контроля в адаптивной физической культуре;</li> </ul>	<p>демонстрирует знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основных понятий общей патологии;</li> <li>общего учения о болезни, понятий «здоровье» и «болезнь»;</li> <li>– этиологии и патогенеза;</li> <li>– понятия тератологии;</li> <li>– классификации врожденных пороков развития;</li> <li>– основ частной патологии;</li> <li>– медицинских показаний и противопоказаний к занятиям адаптивной физической культурой;</li> <li>– основ врачебного контроля в адаптивной физической культуре</li> </ul>	<p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование зачет</p>
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить обследование с целью выявления медико-социальных проблем (включая расспросы, осмотр, ознакомление с документами, общение с близкими (родителями), медицинскими работниками);</li> <li>– выявлять медико-социальные проблемы и намечать пути их решения средствами адаптивной физической культуры;</li> <li>– правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при совместной работе с медицинским персоналом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– - демонстрирует умения проводить обследование с целью выявления медико-социальных проблем (включая расспросы, осмотр, ознакомление с документами, общение с близкими(родителями), медицинскими работниками);</li> <li>– выявляет медико-социальные проблемы и намечать пути их решения средствами адаптивной физической культуры;</li> <li>– правильно интерпретирует и применяет основные понятия общей патологии м персоналом</li> </ul>	<p>Оценка результатов выполнения практической работы, зачет</p>