


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И
СЕРВИСА» В Г. НАХОДКЕ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
(ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ)

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ДЛЯ СТУДЕНТОВ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии гуманитарных специальностей № 10 от 10.06.2016 г.

Председатель комиссии  /Фадеева Н.П.
(подпись)

Составитель: Кошелева Л.П., преподаватель филиала ФГБОУ ВО «ВГУЭС» в г. Находке.

Эксперты:

Внутренняя содержательная экспертиза: Фоменкова Е.А.

Техническая экспертиза: Чистюхина Ю.С.

Рабочая программа разработана на основе Учебной программы дисциплины «Физическая культура» (дополнительный раздел): для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями по дисциплине «Физическая культура»: всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения / Е.В. Фазлеева, А.С.Шалавина, В.Г. Двоеносов. – Казань: КФУ, 2014. – 14 с.

Содержание

Пояснительная записка

1 Объем дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и виды учебной работы

2 Содержание и объем практического и теоретического разделов программы дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями

3 Содержание методико-практических занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

4 Содержание практического раздела дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

5 Содержание контрольного раздела программы дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

6 Организация и материально-техническое обеспечение занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

7 Учебно-методическое обеспечение раздела дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Пояснительная записка

Программа для студентов с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) и особыми образовательными потребностями по дисциплине «Физическая культура» разработана на основе принципов адаптивной физической культуры. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные морфо-функциональные сдвиги в организме, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Адаптивная физическая культура или адаптивная физическая активность (АФА) объединяет все виды двигательной активности и спорта, которые соответствуют интересам и способствуют расширению возможностей студентов с различными ограничениями функций, не только инвалидов, но и всех тех, кто нуждается в педагогической, терапевтической, технической и другой (адаптирующей) поддержке.

Цель адаптивной физической культуры как раздела дисциплины «Физическая культура» в вузе - максимально возможное развитие жизнеспособности студента, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии его двигательных возможностей и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. В программу входят практические разделы дисциплины, комплексы физических упражнений, виды двигательной активности, методические занятия, учитывающие особенности студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Программа дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями предполагает решение комплекса педагогических задач по реализации следующих направлений работы:

- проведение занятий по физической культуре для студентов с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов, с учетом индивидуальных особенностей студентов и образовательных потребностей в области физической культуры;
- разработку индивидуальных программ физической реабилитации в зависимости от нозологии и индивидуальных особенностей студента с ограниченными возможностями здоровья;
- разработку и реализацию физкультурных образовательно-реабилитационных технологий, обеспечивающих выполнение индивидуальной программы реабилитации;
- разработку и реализацию методик, направленных на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы;

2 Содержание и объем практического и теоретического разделов программы дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями

№	Раздел дисциплины	Ссеместр	Лекции	Практич. занятия	Формы текущего контроля успеваемости / Форма промежуточной аттестации
1 курс					
1.	Теория: лекции*	1	36	-	Промежуточная
2.	Практика: семинары	1	-	36	Промежуточная/ контрольная
3.	Факультатив: плавание	-	-	20**	
	Итого	-	36	36	Зачет
Итого за 1 семестр		72			
1.	Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды	2	-	14	Промежуточная
2.	Подвижные игры	2	-	10	Промежуточная
3.	Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК	2	-	28	Промежуточная
4.	Легкая атлетика - адаптивные формы и виды	2	-	8	Промежуточная
	Практико-методические занятия			8	Опрос
5.	Закрепление материала	2	-	4	Контрольная
6.	Факультатив: плавание	-	-	20**	
	Итого	-	-	72	Зачет
Итого за 2 семестр		72			
Итого за 1 курс		144			
2 курс					
1.	Легкая атлетика - адаптивные формы и виды	3	-	6	Промежуточная
2.	Общая физическая подготовка - адаптивные формы и	3	-	12	Промежуточная

	виды				
3.	Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК	3	-	28	Промежуточная
4.	Подвижные игры	3	-	8	Промежуточная
5.	Аэробика (адаптивная)	3	-	8	Промежуточная
6.	Практико-методические занятия	3	-	8	Опрос
7.	Закрепление материала	3	-	2	Контрольная
8.	Факультатив: Плавание	-		20 ^{**}	
	Итого		4	72	Зачет
Итого за 3 семестр		72			
1.	Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды	4	-	10	Промежуточная
2.	Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК	4	-	26	Промежуточная
3.	Аэробика (адаптивная)	4	-	8	Промежуточная
4.	Спортивные игры (адаптивные виды)	4	-	12	Промежуточная
5.	Легкая атлетика - адаптивные формы и виды	4	-	6	Промежуточная
6.	Практико-методические занятия	4	-	8	Опрос
7.	Закрепление материала	4	-	2	Контрольная
8.	Факультатив: Плавание	-	-	20 ^{**}	
	Итого	-	-	72	Зачет
Итого за 4 семестр		72			
Итого за 2 курс		144			
3 курс					
1.	Легкая атлетика - адаптивные формы и виды	5	-	6	Промежуточная
2.	Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК	5	-	28	Промежуточная
3.	Производственная гимнастика	5	-	6	Промежуточная

4.	Спортивные игры (адаптивные виды)	5	-	10	Промежуточная
5.	Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды	5	-	12	Промежуточная
6.	Практико-методические занятия			8	Опрос
7.	Закрепление материала	5	-	2	Контрольная
8.	Факультатив: Плавание	-	-	20**	
	Итого	-	-	72	Зачет
Итого за 5 семестр		72			
1.	Производственная гимнастика	6	-	6	Промежуточная
2.	Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК	6	-	14	Промежуточная
3.	Общая физическая подготовка -адаптивные формы и виды	6	-	8	Промежуточная
4.	Легкая атлетика - адаптивные формы и виды	6	-	4	Промежуточная
5.	Практико-методические занятия		-	4	Опрос
6.	Закрепление материала	6	-	4	Контрольная
7.				20**	
	Итого		-	40	Зачет
Итого за 6 семестр		40			
Итого за 3 курс		112			
Итого за 1 – 3 курс		400			

Примечания:

* лекционный курс является общим для студентов всех специальностей и направлений подготовки (без дифференциации по медицинским группам и отделениям);

** занятия по плаванию для студентов с ограниченными возможностями здоровья проводятся при наличии медицинской рекомендации (индивидуально или группой не более 6 человек)

3 Содержание практико-методических занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

№	Содержание занятий	Семестр	Кол-во часов
1.	Исследование физического развития. Стандарты и индексы	2	2
2.	Оценка функционального состояния организма (функциональные пробы)	2, 4	4
3.	Методика организации и самостоятельного проведения оздоровительного занятия	2, 4	4
4.	Методы самоконтроля функционального состояния (объективные и субъективные)	2, 4	4
5.	Методики использования средств физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления. Основы методики массажа и самомассажа	3, 5	4
6.	Лечебная физическая культура (основные принципы; методики). Кинезитерапия. Дыхательная гимнастика.	3, 5	4
7.	Адаптивный фитнес	3, 5	4
8.	Методики психоэмоциональной саморегуляции (медитация, аутотренинг, метод позитивного самовнушения)	3, 5, 6	6
9.	Контрольное занятие	4, 6	4
Итого			36

4 Содержание практического раздела дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

№	Практические разделы дисциплины и их содержание	Объем часов
1.	<p>Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды): Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование</p>	56

	гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга. Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики. Упражнения на координацию движений.	
2.	Элементы различных видов спорта: Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, голбол и другие.	30 22
3.	Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр и их адаптивных форм. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.	18
4.	Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК: Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний: – нарушений опорно-двигательного аппарата; – желудочно-кишечного тракта и почек; – нарушений зрения – нарушений слуха – <i>сердечнососудистой системы и ЦНС;</i> – <i>органов дыхания.</i> Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний (комплексы лечебной физической культуры (ЛФК)). Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике йоги, бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечнососудистой системы. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой. <i>Лечебная гимнастика (ЛФК)</i> , направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др. <i>Лечебная гимнастика (ЛФК)</i> , направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента. <i>Использование элементов оздоровительных систем</i> на занятиях: <i>йога, Пилатес, бодифлекс, стретчинг, адаптивная гимнастика по</i>	124

	<p><i>Бубновскому и др.</i> <i>Обучение методам</i> (общее расслабление под музыку, аутотренинг) <i>снятия психоэмоционального напряжения.</i> Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья. Овладение инструкторской практикой проведения комплексов профилактической гимнастики.</p>	
5.	<p>Аэробика (адаптированная, в соответствии с нозологией, имеющимися функциональными и физическими ограничениями): выполнение общеразвивающих упражнений в сочетании с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение, разучивание базовых шагов аэробики отдельно и в связках; техники выполнения физических упражнений, составляющих основу различных направлений и программ аэробики. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.</p> <p><i>Фитбол-гимнастика (аэробика):</i> Особенности содержания занятий по фитбол-гимнастике. Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с мышечным напряжением из различных исходных положений. Краткая психофизиологическая характеристика основных систем физических упражнений. Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию отдельных физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.</p>	16
6.	<p>Производственная гимнастика: Средства и методы производственной гимнастики. Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности студента и имеющихся физических и функциональных ограниченных возможностей. Инструкторская практика проведения производственной гимнастике с учебной группой студентов.</p>	12
7.	<p>Закрепление материала. Виды и элементы видов двигательной активности, включенных в практические занятия в семестре обучения. Подготовка к выполнению контрольно-зачетных требований и тестированию физической и функциональной подготовленности.</p>	14
8.	<p>Практико-методические занятия (См.: 3. Содержание практико-методических занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья.</p>	36
9.	<p>Плавание.* Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Правила поведения на воде. Начальное обучение плаванию. Подвижные игры в воде. Освоение техники доступных способов плавания. Спасение утопающих, первая помощь. Общие и специальные упражнения на суше в обучении плаванию. Аквааэробика. Правила соревнований, основы судейства.</p>	
	<p>Всего</p>	328

5 Содержание контрольного раздела программы дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Система оценки результативности занятий и требований к освоению студентами с ограниченными возможностями здоровья дисциплины «Физическая культура» имеют свою специфику. Их содержание разработано с учетом возможностей студентов и целей занятий адаптивной физической культурой.

№	Содержание	Форма оценки	сроки
Контрольно-зачетные тесты и требования			
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на коленях (девушки)	Балл	1 – 6 семестр
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши)	Балл	1 – 6 семестр
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены	Балл	1 – 6 семестр
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от гимнастической скамейки (юноши)	Балл	1 – 6 семестр
5.	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость)).	Балл	1 – 6 семестр
6.	Отжимание от стены из и.п. стоя на вытянутые руки (девушки)	Зачет	1 – 6 семестр
7.	Плавание (без учета времени; длина дистанции - от уровня подготовленности)	Зачет	1 – 6 семестр
8.	Теоретический курс (согласно программы)	Зачет	1 – 6 семестр
9.	Составление комплекса упражнений утренней гимнастики	Зачет	1 – 6 семестр
10.	Проведение комплекса упражнений утренней гимнастики	Зачет	1 – 6 семестр
11.	Составление комплекса упражнений с учётом особенностей заболевания занимающихся	Зачет	1 – 6 семестр
12.	Составление комплекса производственной гимнастики с учётом особенностей будущей профессии (специальности)	Зачет	1 – 6 семестр
Контрольные функциональные пробы и тесты			
1.	Функциональная проба (тест Рюффье)	Оценка	1 – 6 семестр
2.	Ортостатическая функциональная проба	Оценка	1 – 6 семестр
3.	Проба Штанге, проба Генчи	Оценка	1 – 6 семестр

Примечание: Практические тесты-задания (доступные формы и виды) выполняют только студенты, не имеющие противопоказаний к выполнению движений и упражнений данного вида. Количество тестов в каждом семестре – 5, включая функциональные пробы и тесты. По решению методической комиссии кафедры содержание контрольных тестов может быть изменено (дополнено), в зависимости от контингента студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Для допуска к зачету по дисциплине студент должен выполнить программу семестра, а именно:

- освоить курс оздоровительной программы;
- изучить теоретический и методический курс и выполнить тестовые задания;
- выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности в соответствии с физическими возможностями студента и/или имеющегося (сопутствующего) заболевания по рекомендации врача.

Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, «сдают зачет» только по теоретическому разделу в виде тестовых заданий и/или реферата. Тема реферата определяется преподавателем. Работы выполняются в объеме до 10-15 страниц печатного текста. При оценке реферата учитывается содержание работы, а также умение студента излагать и обобщать свои мысли, аргументировано отвечать на вопросы.

6 Организация и материально-техническое обеспечение занятий по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Учебный процесс по дисциплине планируется и реализуется с учетом количества студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья по медицинским показателям и распределенных по следующим категориям:

- с нарушениями статодинамической функции (двигательной),
- с нарушениями функций кровообращения, дыхания, пищеварения, выделения, обмена веществ и энергии, внутренней секреции,
- с нарушениями сенсорных функций (зрения, слуха, обоняния, осязания).

Данные критерии определяют методы организации занятий:

- групповой до 8 человек (необходимо присутствие второго преподавателя-ассистента);
- индивидуально-групповой (необходимо присутствие второго преподавателя-ассистента);
- индивидуальный.

Занятия проводятся в спортивных залах, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям, укомплектованных необходимым специальным оборудованием (тренажерами комплексного и локального воздействия) и спортивным инвентарем, необходимыми для проведения занятий со студентами с ограниченными возможностями здоровья.

Требования к оборудованию помещения для занятий адаптивной физкультурой:

Для проведения занятий адаптивной физкультурой выделяется помещение со свободной от предметов разминочно-игровой зоной, размеры которой должны быть достаточными для группы (подгруппы) детей, выполняющей различные комплексы упражнений, для организации подвижных игр. Эта зона должна иметь четкие ограничения (контрастная разметка пола, резиновые коврики, сетка, шнур, рельефный бордюр), чтобы дети, находясь в ней, не боялись столкнуться с предметами спортивного инвентаря и имели возможность самостоятельно ориентироваться и передвигаться. Стационарное оборудование и снаряжение, опасное при столкновении, располагается в 2-3 м от игровой зоны.

Необходимыми санитарно-гигиеническими требованиями к проведению занятий по адаптивной физкультуре в зале являются влажная уборка пола (к моменту проведения занятия пол должен быть сухим), чистый воздух, температура 19-20°C. Освещенность помещения - от 500Лк до 1000Лк.

Для проведения занятий используется следующий инвентарь:

- стандартный комплекс спортивного оборудования, обязательного для проведения физкультурных занятий;
- специальное оборудование: напольные и настольные зрительные, звуковые и осязательные ориентиры, обеспечивающие условия для пространственной ориентировки учащихся с нарушениями зрения;
- комплекс тренажеров, адаптированных для работы со слепыми и слабовидящими учащимися: они должны быть стабильно расположены в зале и иметь к себе свободный доступ.

Используется специальное оборудование, способствующее развитию умения правильной ходьбы, развития навыка правильной осанки, профилактики плоскостопия: тележка-трость, дорожка для обучения отдельным элементам шага и прямолинейности ходьбы, ребристые дорожки, горки, ступеньки, деревянные платформы.

Атрибуты занятий (гимнастические палки, обручи, мячи, кегли, мешочки с песком, скакалки, ленточки, флажки) должны быть, по возможности, озвученными. Для учащихся с остаточным зрением и слабовидящих необходимы яркие, цветные пособия и инвентарь. Все атрибуты должны быть исправны и безопасны для здоровья детей.

Основу оборудования составляют тренажеры, выполнение движений на которых носит циклический характер. Наиболее удобны для учащихся такие тренажеры: «Беговая дорожка», «велотренажер», «Диск здоровья», «Педаля», спортивный комплекс Рыбакова, а также адаптационная дорожка (состоящая из различных покрытий). Выполняемые на них упражнения развивают практически все основные группы мышц человека. Наряду с

перечисленными тренажерами в зале целесообразно разместить тренажеры, предусматривающие выполнение движений ациклического характера. Данные тренажеры отвечают сугубо специфическим требованиям физического развития учащихся с нарушениями зрения (например, тренажеры для развития вестибулярной функции и быстроты реакции).

Для формирования у учащихся с тяжелой патологией зрения представлений о движении широко применяются средства наглядности: объемная и шарнирная куклы, динамические модели для показа элементов движения, рельефные изображения различных положений частей тела человека в покое и движении. Большое значение придается техническим средствам, позволяющим учащимся самостоятельно проверять качество выполняемого движения (стойка с ограничительной планкой, специальная доска с ограничителями, градуированный экран).

Весь инвентарь, находящийся в помещении, должен иметь яркую окраску, что значительно улучшает пространственную ориентировку учащихся как слабовидящих, так и с остаточным зрением.

7 Учебно-методическое обеспечение раздела дисциплины «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья

С целью обеспечения непрерывности учебного процесса студентам, объективно не имеющим возможность по состоянию здоровья регулярно посещать занятия по дисциплине «Физическая культура», необходимые практико-методические материалы как общие по разделам программы, так и индивидуально-ориентированные будут предоставляться в электронном варианте (дистанционное обучение) в виде файлов с лекциями, презентациями, комплексами упражнений и другими методическими материалами.

Информационное обеспечение обучения:

1. Комплексная реабилитация инвалидов. Учебное пособие для вузов / Т. В. Зозуля, Е. Г. Свистунова, В. В. Чехихина и др. - М.: Академия, 2015.- 302 с.

2. Комплексная реабилитация больных и инвалидов. Учебно-методическое пособие / С. Б. Нарзулаев и др.; Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО ТГПУ. – Томск: ТГПУ, 2014.-163 с.

3. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов. Учебное пособие для вузов/В.А. Лисовский, С.П. Евсеев, В.Ю. Голофеевский, А.Н. Мироненко; под ред. С.П. Евсеева. – Изд. 2-е, испр. и доп.- М.: Советский спорт, 2014.- 318 с.

4. Попов, С. Н. Лечебная физическая культура. Учеб. для высш. учеб. заведений /

С.Н. Попов, Н. М. Валеев, Т.С. Гарасева и др. ; под ред. С. Н. Попова. - М.: Академия, 2014. - 416 с.

5. Попов, С. Н. Физическая реабилитация. Учеб. для высш. учеб. заведений / С. Н. Попов ; под ред. С. Н. Попова. - Изд. 2-е, испр. и доп. – Ростов н/Д.: Феникс, 2013. – 608 с.

6. Адаптивная физическая культура. /электронная версия журнала. URL: <http://www.afkonline.ru/biblio.html>

Примечание: Указанный список литературы является дополнением к списку рекомендуемой литературы, приведенным в основном разделе программы дисциплины «Физическая культура».