

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО ДПО «ОЦ Каменный город»

/Ю.П. Овсянникова

«2» апреля 2026 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы

повышения квалификации

«Организация адаптивной физической культуры: теория и практика»

№ п/п	Наименование разделов, модулей	Всего часов	Всего часов		Форма контроля
			Лекции	Самост. работа	
1.	Входной контроль	1	-	1	Тестирование
2.	Теоретико-методологические основы адаптивной физической культуры.	24	12	12	Тестирование
2.1.	Основные понятия, цель, задачи и системообразующие средства адаптивной физической культуры.	2	1	1	
2.2	Компоненты адаптивной физической культуры.	2	1	1	
2.3	Методы и приемы обучения двигательным действиям.	4	2	2	
2.4	Методы развития физических качеств в условиях сенсорного и моторного дефицита.	4	2	2	
2.5	Коррекционно-компенсаторные и профилактические методы.	4	2	2	
2.6	Методы регуляции психического и эмоционального состояния.	2	1	1	
2.7	Проектирование занятия от потребностей ребенка.	2	1	1	
2.8	Формы организации занятий и основы планирования.	2	1	1	
2.9	Современные цифровые инструменты.	2	1	1	
3.	Содержание и организация адаптивного физического воспитания людей с ОВЗ.	32	12	20	Тестирование
3.1	Характеристика образовательных и психологических потребностей детей с ОВЗ. Нейропсихологические основы обучения.	6	2	4	
3.2	Воспитание личности средствами АФК, приемы геймификации и мотивации.	3	1	2	
3.3	Содержание и организация АФК при нарушениях психического и интеллектуального развития.	5	2	3	

3.4	Содержание и организация АФК при поражении опорно-двигательного аппарата.	5	2	3	
3.5	Содержание и организация АФК при нарушениях слуха и зрения.	5	2	3	
3.6	Приемы адаптации и модификации упражнений.	3	1	2	
3.7	Технология разработки индивидуального образовательного маршрута.	5	2	3	
4.	Рекреационная и реабилитационная деятельность.	9	3	6	Тестирование
4.1	АФК в системе комплексной реабилитации.	3	1	2	
4.2	Адаптивная двигательная рекреация.	3	1	2	
4.3	Методы организации группового взаимодействия в инклюзивной среде.	3	1	2	
5.	Цифровые компетенции современного педагога.	4	2	2	
6.	Итоговая аттестация.	2	-	2	Итоговое тестирование
	Итого часов	72	29	43	