

## **Адаптивная физическая рекреация**

Данная учебная дисциплина называется «Адаптивная физическая рекреация», включена в Реестр автономных дидактических компонентов Академии ВЭГУ и реализуется в рамках ООП Академии ВЭГУ 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», направленности (профиля) «Физическая реабилитация» по заочной формам обучения, в т.ч. с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирования следующих компетенций:

Профессиональные компетенции, соответствующие направленности ООП (разработаны Академией ВЭГУ):

- Способен реализовывать комплексные реабилитационные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-1);

- Способен производить комплекс восстановительных мероприятий средствами адаптивной двигательной рекреации с учетом возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-5).

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен знать:

- закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья в системе адаптивной двигательной рекреации;

- анатомо-физиологическое и гигиеническое обоснование адаптивной двигательной рекреации;

- основы организации адаптивной двигательной рекреации;

- общие принципы и методические правила использования адаптивной двигательной рекреации;

- комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

- методики адаптивной двигательной рекреации в различных видах спорта;

- особенности влияния адаптивной двигательной рекреации при повреждениях и заболеваниях, связанных с различными видами спорта;

- современные системы оздоровления и самосовершенствования лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен уметь:

- применять методики адаптивной двигательной рекреации;

- использовать частные методики адаптивной двигательной рекреации при спортивных повреждениях и заболеваниях, связанных с различными видами спорта;

- использовать при проведении адаптивной двигательной рекреации знание механизмов восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- использовать игровые виды адаптивной двигательной рекреации;
- применять водные виды адаптивной двигательной рекреации;
- применять комплексы восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок.

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен владеть:

- навыками использования приемов адаптивной двигательной рекреации;

- навыками документационного и информационного обеспечения деятельности организации адаптивной двигательной рекреации;

- методиками использования курортных факторов как вида адаптивной двигательной рекреации;

- приемами использования адаптивного туризма как вида адаптивной двигательной рекреации;

- навыками подбора комплекса восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

- алгоритмом здорового образа жизни.

- опытом разработки программ здоровья для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием адаптивной двигательной рекреации.