

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Первый проректор
/ Т.Р. Змызгова /
«30» августа 2023 г.



Рабочая программа учебной дисциплины
«Адаптация к физическим нагрузкам лиц с ограниченными
возможностями здоровья»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Формы обучения: заочная

Курган 2023

Аннотация к рабочей программе дисциплины
«Адаптация к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями здоровья»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Трудоемкость дисциплины: 40 ЗЕ (1440 академических часов)

Семестр: 1-9 (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: курсовая работа, зачет, экзамен

Содержание дисциплины

Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Скорость и выраженность адаптационных реакций у инвалидов разных нозологических групп. Особенности вегетативного обеспечения двигательной деятельности у инвалидов различных категорий. Специфичность утомления при мышечной деятельности у лиц, имеющих ограничения по состоянию здоровья. Особенности адаптации инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам. Особенности адаптации лиц с сердечно-сосудистой патологией к физическим нагрузкам. Особенности адаптации инвалидов с нарушениями интеллекта к физическим нагрузкам. Возрастные аспекты адаптации к физическим нагрузкам различной направленности.