

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"ДАЛЬНЕВОСТОЧНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ"

Программа одобрена Ученым  
советом ФГБОУ ВО "ДВГАФК"  
31 января 2022 г. (протокол № 8)

"Утверждаю"

Ректор ФГБОУ ВО "ДВГАФК"



С.В. Галицын  
2022 г.

**Дополнительная профессиональная программа  
(программа профессиональной переподготовки)**

**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ  
РАБОТА**

**Квалификация – Инструктор по адаптивной физической культуре**

Хабаровск, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| <b>1.</b> | Пояснительная записка  | 3   |
| <b>2.</b> | Структура программы  | 15  |
|           | Учебный план   |     |
|           | Календарный учебный график   |     |
|           | Рабочие программы дисциплин (модулей)  |     |
| <b>3.</b> | Организационно-педагогические условия  | 213 |
| <b>4.</b> | Оценка качества освоения программы   | 213 |
| <b>5.</b> | Нормативно-правовая база документов для разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной подготовки | 216 |
| <b>6.</b> | Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной подготовки                                       | 217 |

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки направлена на формирование обобщенной трудовой функции: А. Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья профессионального стандарта *05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»*, утвержденного приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 02 апреля 2019 г. № 197н. и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»).

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателя и включает в себя: календарный учебный график, учебный план, рабочие программы учебных дисциплин (модулей), методические материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

### **1.1. Цели образовательного процесса**

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Адаптивная физическая культура: физкультурно-оздоровительные мероприятия и спортивно-массовая работа» реализуется в форме курса профессиональной переподготовки.

Целью реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Адаптивная физическая культура: физкультурно-оздоровительные мероприятия и спортивно-массовая работа», является, удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей и интересов слушателей в получении основных теоретических знаний, умений и владений в области организационно-методического обеспечения реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, вовлеченных в деятельность в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.

Формирование у слушателей профессиональных компетенций и приобретение новой квалификации, необходимых для профессиональной деятельности в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного

спорта. Программа является преемственной к основной образовательной программе высшего образования направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», квалификация – бакалавр.

## 1.2. Планируемые результаты

Результаты освоения Программы определяются приобретаемыми выпускником компетенциями, т.е. его способностью применять знания, умения, опыт и личностные качества в соответствии с задачами нового вида профессиональной деятельности.

В результате освоения Программы выпускник должен обладать профессиональными компетенциями:

| <i>Код профессионального стандарта, трудовой функции</i>   | <i>Наименование видов деятельности, код и наименование профессиональных компетенций</i>  |
|--|--|
| <b>05.002</b>  |  |
| А / 01.5 Формирование групп для занятий адаптивной физической культуры с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.                                 | ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов                |
| А / 02.5 Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации. | ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний                     |
| А / 03.5 Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.  | ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры |
| А / 04.5 Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма, проведение разъяснительной антидопинговой работы.               | ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.          |

В таблице 1 представлено соотношение индикаторов достижения *профессиональных компетенций* (ПК) Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» 3++ *с трудовыми функциями, трудовыми действиями* профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

### **1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы.**

К освоению дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки (300 часов) допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее профессиональное образование (кроме адаптивной физической культуры);
- лица (студенты выпускного курса), получающие среднее профессиональное и (или) высшее профессиональное образование (кроме адаптивной физической культуры). Диплом о профессиональной переподготовке выдается одновременно с получением соответствующего документа о получении образования или квалификации.

**1.4. Форма обучения** – очная, с использованием дистанционных образовательных технологий, которая сочетает контактную работу обучающихся с преподавателем (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий), включает в себя занятия лекционного типа, и (или) занятия семинарского типа, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

**1.5. Общий объем учебной работы:** Нормативная трудоемкость обучения по Программе составляет 300 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Таблица 1. Соотношение индикаторов достижения профессиональных компетенций (ПК) Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» 3++ с трудовыми функциями, трудовыми действиями профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

| <b>ФГОС ВО 3++</b>  |  | <b>Профессиональный стандарт</b>   |   |  |
|---|--|--|---|--|
| <b>Профессиональная компетенция</b>   | <b>Индикаторы достижения компетенции (ПК)</b>  | <b>Индикаторы трудовой функции</b>   | <b>Трудовая функция</b>   | <b>Обобщенная трудовая функция</b>   |
| ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей-инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним;</li> <li>- законодательство в области защиты персональных данных;</li> <li>- педагогические закономерности организации образовательного процесса;</li> <li>- правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- состав испытаний, тестов для всех</li> </ul> | <p><b>Трудовые действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений функций организма инвалидов и лиц с ограниченными</li> </ul> | А / 01.5<br>Формирование групп для занятий адаптивной физической культуры с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. | Организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта |

|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
|  | <p>гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.</p>   | <p>возможностями здоровья для формирования групп для занятий адаптивной физической культурой;</p> <p>- Комплектование групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>- Собеседование с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, их законными представителями, выявление индивидуальных потребностей в области развития физических и жизненно важных навыков;</p> <p>- Проверка отсутствия у инвалидов и лиц с</p> |  |  |
|  | <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;</li> <li>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;</li> <li>- определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</li> <li>- взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с учетом нравственных и деонтологических норм.</li> </ul> |   |  |  |
|  | <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического</li> </ul>  |   |  |  |

|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
|  | воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида;<br>- разработки графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами;  | ограниченными возможностями здоровья медицинскими противопоказаниями для занятий по программе адаптивной физической культуры;<br>- Отбор типовых методик проведения групповых занятий с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья с учетом типовых нарушений функций организма;  |  |  |
| ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний | <b>Знает:</b> - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики | <b>Трудовые действия:</b><br>- Разработка рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе инвалидов, лицами с ограниченными возможностями здоровья, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий;<br>- Проведение занятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья по формированию гигиенических знаний, | А / 02.5<br>Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и | Организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта |



|  |  |   |   |  |
|--|--|---|---|--|
|  | <p>эмоционального выгорания.</p> <p><b>Умеет:</b> - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с</p> | <p>умений и навыков, по истории развития, основам спортивной подготовки и тренировочного процесса в избранном виде адаптивного спорта;</p> <p>- Проведение совместно с тренером по адаптивной физической культуре, адаптивному спорту тестирование уровня физической и специальной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>- Подготовка предложений по развитию коррекционно-развивающего воздействия при проведении воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> | <p>индивидуальным планам физической реабилитации.</p> |  |
|--|--|---|---|--|

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
|   | <p>учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> |   |  |   |
| <p>ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми</p> | <p>Знает: - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности</p>   | <p><b>Трудовые действия:</b><br/>- Разработка рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе инвалидов, лицами с ограниченными возможностями здоровья, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий;</p> | <p>А / 03.5<br/>Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с</p> | <p>Организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта</p> |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
| <p>видами адаптивной физической культуры</p> | <p>обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p>   | <p>- Проведение занятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья по формированию гигиенических знаний, умений и навыков, по истории развития, основам спортивной подготовки и тренировочного процесса в избранном виде адаптивного спорта;</p>  | <p>ограниченными возможностями здоровья.</p> |  |
|  | <p><b>Умеет:</b> - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями</p> | <p>- Проведение совместно с тренером по адаптивной физической культуре, адаптивному спорту тестирование уровня физической и специальной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>- Подготовка предложений по развитию коррекционно-развивающего воздействия при проведении воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> |  |  |

|   |  |  |   |   |
|---|--|--|---|---|
|   | <p>здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.</p>   |  |   |   |
|   | <p>Имеет опыт: - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.</p> |  |   |   |
| <p>ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и</p> | <p>Знает: - требования обеспечения безопасности жизни и здоровья инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - требования охраны труда при проведении досуговых мероприятий в организации, осуществляющей образовательную</p>  | <p><b>Трудовые действия:</b><br/>- Проведение с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья инструктажа по технике безопасности при выполнении упражнений,</p> | <p>А / 04.5<br/>Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями</p> | <p>С.<br/>Управление тренировочным процессом занимающихся в</p> |

|  |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
| <p>предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания</p> | <p>деятельность, и вне ее (на выездных мероприятиях); - первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья; - правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой, технических средств реабилитации инвалидов; - назначение и особенности использования технических средств реабилитации инвалидов. - правила техники безопасности при проведении занятий и мероприятий по адаптивной физической культуре, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья.</p> | <p>использовании специализированного спортивного инвентаря и технических средств реабилитации, участия в спортивной (подвижной игре), инструктажа по антидопинговым правилам; - Периодический контроль технической исправности специализированного спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, используемых при занятиях адаптивной физической культурой, адаптивным спортом.</p> | <p>ями здоровья технике безопасности и и предупреждению травматизма, проведение разъяснительной антидопинговой работы.</p> | <p>группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p> |
|  | <p>Умеет: - проводить инструктаж по технике безопасности с инвалидами, лицами с ограниченными</p>   |   |  |   |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | <p>возможностями здоровья, вести журнал инструктажа; - разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участии в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации; - выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних; - выявлять неисправности специализированного спортивного оборудования, объектов и инвентаря</p> <p>Имеет опыт: - регулирования проведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; - планирования и проведения досуговых мероприятий; - контроль за состоянием мест проведения занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями; - обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями</p> |  |  |  |
|--|---|--|--|--|

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | <p>здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств; - обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий.</p> |  |  |  |
|--|---|--|--|--|

## **2. СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**



Министерство спорта Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования «\_\_\_\_\_»

УТВЕРЖДАЮ:  
Ректор

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной профессиональной программы  
профессиональной переподготовки  
«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И СПОРТИВНО-  
МАССОВАЯ РАБОТА».

| №<br>п/п                           | Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем  | Трудоемкость всего<br>в часах | Аудиторные занятия,<br>ч. | В том числе |              | Занятия ДО |              | самостоятельная<br>работа | Форма<br>контроля |
|------------------------------------|--|-------------------------------|---------------------------|-------------|--------------|------------|--------------|---------------------------|-------------------|
|                                    |  |                               |                           | лекции      | практические | лекции     | практические |                           |                   |
|                                    |  |                               |                           |             |              |            |              |                           |                   |
| <b>БЛОК 1. Дисциплины (модули)</b> |  |                               |                           |             |              |            |              |                           |                   |
| 1.                                 | Медико-биологические основы физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия) | <b>26</b>                     | <b>20</b>                 | 10          | 4            | 2          | 4            | <b>6</b>                  | <b>зачет</b>      |
| 2.                                 | Теория и методика физической культуры и спорта   | <b>16</b>                     | <b>14</b>                 | 4           | 4            | 2          | 4            | <b>2</b>                  | <b>зачет</b>      |
| 3.                                 | Биомеханика  | <b>8</b>                      | <b>6</b>                  | 4           | -            | 1          | 1            | <b>2</b>                  | <b>зачет</b>      |
| 4.                                 | Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)   | <b>24</b>                     | <b>24</b>                 | 8           | 8            | 4          | <b>4</b>     | -                         | <b>зачет</b>      |
| 5.                                 | Теория и организация адаптивной физической культуры  | <b>14</b>                     | <b>10</b>                 | 4           | 2            | 2          | 2            | <b>4</b>                  | <b>экзамен</b>    |
| 6.                                 | Социальная защита инвалидов  | <b>16</b>                     | <b>12</b>                 | 4           | 2            | 4          | 2            | <b>4</b>                  | <b>зачет</b>      |
| 7.                                 | Этика в профессиональной деятельности  | <b>10</b>                     | <b>8</b>                  | 2           | 2            | 2          | 2            | <b>2</b>                  | <b>зачет</b>      |

|                                     |  |            |            |           |           |           |           |           |            |
|-------------------------------------|--|------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| 8.                                  | Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)    | 16         | 12         | 4         | 4         | 2         | 2         | 4         | зачет      |
| 9.                                  | Частные методики адаптивной физической культуры  | 18         | 14         | 4         | 4         | 2         | 4         | 4         | экзамен    |
| 10.                                 | Технологии физкультурно-спортивной деятельности  | 16         | 12         | 4         | 2         | 4         | 2         | 4         | экзамен    |
| 11.                                 | Врачебный контроль в адаптивной физической культуре  | 10         | 8          | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | зачет      |
| 12.                                 | Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре   | 12         | 8          | 2         | 2         | 2         | 2         | 4         | зачет      |
| 13.                                 | Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования   | 30         | 18         | 4         | 2         | 4         | 8         | 12        | экзамен    |
| 14.                                 | Адаптивный спорт, структура и содержание.  | 30         | 16         | 6         | 2         | 4         | 4         | 14        | экзамен    |
| 15.                                 | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. | 16         | 8          | 2         | 2         | 2         | 2         | 8         | зачет      |
| <b>БЛОК. 2. Практика</b>            |  |            |            |           |           |           |           |           |            |
| 16.                                 | Производственная практика (профессионально-ориентированная практика)   | 18         | 18         |           |           |           |           | 18        | зачет      |
| <b>БЛОК. 3. Итоговая аттестация</b> |  |            |            |           |           |           |           |           |            |
| 17.                                 | Подготовка итоговой аттестационной работы  | 12         |            |           |           |           |           | 12        |            |
| 18.                                 | Итоговая аттестация  | 8          | 8          |           |           |           |           |           | Защита ИАР |
| <b>ИТОГО</b>                        |  | <b>300</b> | <b>216</b> | <b>64</b> | <b>42</b> | <b>39</b> | <b>63</b> | <b>84</b> |            |

СОГЛАСОВАНО:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Календарный учебный график

| День<br>недели | Недели обучения |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
|----------------|-----------------|---|-----|--|--|--|--|--|---|----|--|
|                | 1               | 2 | 3-8 |  |  |  |  |  | 9 | 10 |  |
| 1              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 2              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 3              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 4              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 5              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 6              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |
| 7              |                 |   |     |  |  |  |  |  |   |    |  |

|  |   |
|--|---|
|  | Аудиторные занятия, промежуточная аттестация, самостоятельная работа слушателей |
|  | Обучение с использованием ДОТ и ЭО, самостоятельная работа слушателей, практика |
|  | Итоговая аттестация   |

**Рабочие программы дисциплин (модулей)**

**Рабочая программа дисциплины**

**«Медико-биологические основы физической культуры и спорта,  
адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия,  
физиология, биохимия)»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности   | Формируемые компетенции |
|---|-------------------------|
| <b>Знания:</b>  |                         |
| - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.   | ПК-1                    |
| <b>Умения:</b>  |                         |
| - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;  | ПК-1                    |
| - разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участия в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации; | ПК-4                    |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>  |                         |
| - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-3                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: **зачёт**.

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов  |
|---|--------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           |              |
| <b>В том числе:</b>                                       |              |
| Лекции  | <b>10</b>    |
| Семинары  | 4            |
| Практические занятия                                      | 2            |
| Лабораторные работы                                       |              |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |              |
| Лекции  | <b>2</b>     |
| Семинары  | <b>4</b>     |
| Практические занятия                                      |              |
| Лабораторные работы                                       |              |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | <b>зачет</b> |
| Самостоятельная работа (всего)                            | <b>6</b>     |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b>  |
|   | <b>26</b>    |

### 1. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| №                   | Тема (раздел)   | Содержание раздела  | Всего часов |
|---------------------|---|---|-------------|
| 1                   | Лекция 1. Общие вопросы физиологии, анатомии и биохимии | Наследственность и среда, их влияние на развитие организма. Общебиологические законы. Процесс роста и развития (онтогенез). Системогенез как принцип неравномерного созревания функциональных систем. Закономерности роста и развития организма. Характеристика возрастных периодов развития. Показатели физического развития. Организм и уровни его развития. Гомеостаз и механизмы его поддержания. Процессы саморегуляции организма. Системный принцип регуляции физиологических функций.  | 2           |
| 2                   | Лекция 2. Основы анатомии                               | Остеология. Краниология. Общая артросиндесмология. Общая миология. Мышцы, обеспечивающие движения поясов конечностей. Строение и положение сердца. Круги кровообращения. Венозная система. Лимфатическая система. Иммунная система организма. Нервная система: отделы, функции.   | 2           |
| 3                   | Лекция 3. Основы физиологии                             | <p>Моторные функции: скелет, мышечная система, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. Регуляторные системы организма. Психофизиология познавательных процессов и поведения. Сенсорные системы. Висцеральные 44 функции: обмен веществ и энергии; пищеварение, кровообращение, дыхание, выделение, кожа, репродуктивная система; гигиенические аспекты. Понятия «мертвая точка» и «второе дыхание». Физиология возбудимых тканей. Мышечное сокращение. Работа мышц. Утомление спортсмена. Физиология нервной системы. Высшая нервная деятельность. Особенности кардио-респираторной системы спортсменов. Адаптация организма к физическим нагрузкам. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков.</p> <p>Современное состояние физиологии спорта</p> | 4           |
| 4                   | Лекция 4. Основы биохимии                               | Предмет, цели, задачи биохимии. Биологическое окисление. Субстраты биологического окисления. Белки. Химический состав. Структура белков. Свойства белков. Классификация белков. Липиды. Жиры. Воска. Фосфолипиды. Углеводы. Строение и свойства углеводов, классификация.   | 2           |
| <b>Итого часов:</b> |   |   | <b>10</b>   |

**Темы практических очных занятий (4 часа):**

Практическое задание № 1. Овладение методами антропометрии. Овладение методами индивидуальной оценки физического развития. Овладение методиками оценки собственных показателей физического развития.

Практическое задание № 2. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков.

**Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):**

Лекция № 1. Особенности физиологии крови у спортсменов. Гематологические показатели и биохимические маркеры метаболических процессов. Печеночные показатели. Мышечные показатели. Сердечные показатели. Почечные показатели. Лактат. Железо.

**Темы практических дистанционных занятий (4 часа):**

Практическое задание № 1. Физиология дыхания. Внешнее дыхание. Внутренне или тканевое дыхание. Дыхательный цикл. Механизм вдоха. Механизм выдоха. Легочные объемы. Легочная вентиляция. Транспорт газов кровью. Дыхательный центр. Регуляция деятельности дыхательного центра.

Практическое задание № 2. Восстановительные средства и принципы их использования. Восстановление физической и психической работоспособности. Тренировка и восстановление – составляющие единого процесса овладения высоким спортивным мастерством. Основные понятия об утомлении, его сущности, характерных признаках. Утомление подростков и юношей. Переутомление как следствие неполного восстановления, его опасность для растущего организма, меры предупреждения

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|---|--------------------------------|---|
| ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.                | А/0.5                          | Знает: - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.<br>Умеет: - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений; |
| ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры. | А/03.5                         | Имеет опыт:<br>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;  |
| ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике   | А/03.5                         | Умеет:<br>- контролировать физическое, функциональное и психическое   |



|   |  |  |
|---|--|--|
| безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания. |  | состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; |
|---|--|--|

### Типовые контрольные задания:

#### *Перечень вопросов для промежуточной аттестации:*

1. Значение физиологии человека для физической культуры и спорта.
2. Зрительный анализатор и его значение в физической культуре и спорте.
3. Слуховой анализатор и его значение в физической культуре и спорте.
4. Двигательный анализатор и его значение в физической культуре и спорте.
5. Типологические особенности высшей нервной деятельности и их значение для физической культуры и спорта.
6. Значение физиологических особенностей организма детей и подростков при занятиях физической культурой и спортом.
7. Физиологические особенности спортивной тренировки детей школьного возраста.
8. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.
9. Влияние физических нагрузок возрастающей мощности на деятельность систем организма.
10. Потребление кислорода при физических нагрузках различной мощности
11. Физиологические изменения при выполнении статических усилий.
12. Предмет и задачи анатомии.
13. Мышечная ткань (гладкая, поперечно-полосатая, сердечная).
14. Оси и плоскости тела человека.
15. Характеристика работы мышц. Антогонисты и синергисты. Классификация мышц.
16. Динамическая анатомия. Движения, выполняемые мышцами туловища. 1
17. Динамическая анатомия. Движения, выполняемые мышцами верхних конечностей.
18. Динамическая анатомия. Движения, выполняемые мышцами нижних конечностей.
19. Строение нервной системы. Нейрон. Центральная и периферическая нервная система.
20. Функции дыхательной системы. Регуляция дыхания.
21. Методы индивидуальной оценки физического развития и их применение.
22. Показатели оценки показателей физического развития человека.
23. Особенности физиологии крови у спортсменов.
24. Химический состав мышечной ткани. Содержание и роль важнейших белков, липидов, энергетических субстратов, воды и минеральных веществ мышечной ткани.
25. Строение мышечного волокна. Молекулярное строение миофибрилл. Роль химических составных частей миофибрилл в обеспечении сократительной функции мышц.
26. Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Содержание АТФ в мышечном волокне и ее роль в мышечном сокращении.
27. Молочная кислота. Особенности ее химического строения. Влияние молочной кислоты на обменные процессы при работе. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления.
28. Понятие о «срочных», «отставленных» и «кумулятивных» биохимических изменениях. Их взаимосвязь.
29. Классификация мышечной работы по характеру происходящих биохимических изменений. Биохимическая характеристика упражнений разных зон относительной

мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной. Другие виды классификаций.

30. Характер и направленность биохимических превращений в организме в период восстановления. Гетерохронность восстановления различных веществ, затраченных при работе.

31. Понятие о кислородном «долге». Биохимические механизмы образования и устранения кислородного «долга».

32. Суперкомпенсация, причины ее возникновения. Суперкомпенсация как основа биохимической адаптации организма под влиянием систематической тренировки.

33. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.

34. Утомление. Биохимические изменения в организме, вызывающие утомление. Роль центральных и периферических факторов в возникновении утомления.

35. Выносливость. Понятие об алактатном, гликолитическом и аэробном компонентах выносливости. Биохимические факторы, определяющие проявление различных компонентов выносливости.

36. Особенности протекания обменных процессов в растущем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с детьми и подростками.

37. Особенности обменных процессов в стареющем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с лицами зрелого и пожилого возраста.

38. Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях физической культурой и спортом.

39. Биохимическое обоснование использования факторов питания для ускорения процессов восстановления, адаптации к систематическим мышечным нагрузкам, для коррекции неблагоприятных изменений в организме.

#### ***Критерии оценивания ответа на зачете:***

Оценка **«отлично»** выставляется, если на вопросы даны исчерпывающие ответы, проиллюстрированные наглядными примерами там, где это необходимо. Ответы изложены грамотным научным языком, все термины употреблены корректно, все понятия раскрыты верно.

Оценка **«хорошо»** - если на вопросы даны в целом верные ответы, но с отдельными неточностями, не носящими принципиального характера. Не все термины употреблены правильно, присутствуют отдельные некорректные утверждения и грамматические / стилистические погрешности изложения. Ответы не проиллюстрированы примерами в должной мере.

Оценка **«удовлетворительно»** - если ответы на вопросы носят фрагментарный характер, верные выводы перемежаются с неверными. Упущены содержательные блоки, необходимые для полного раскрытия темы. Учащийся в целом ориентируется в тематике учебного курса, но испытывает проблемы с раскрытием конкретных вопросов. Также оценка **«удовлетворительно»** ставится при верном ответе на один вопрос и неудовлетворительном ответе на другой.

Оценка **«неудовлетворительно»** - ответы на вопросы отсутствуют либо не соответствуют содержанию вопросов. Ключевые для учебного курса понятия, содержащиеся в вопросах, трактуются ошибочно.

## **2. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

### **ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Дробинская А.О. Анатомия и возрастная физиология: учебник для бакалавров / А.О. Дробинская. –М.: Издательство Юрайт, 2014. – 527 с.

2. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для студ. учреждений высшего образования / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. – 4-е издание, стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с.

3. Иваницкий М.Ф. — Анатомия человека Учебник для высших учебных заведений физической культуры Изд. 7-е. / Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. — М.: Олимпия, 2008. — 624 с, ил.

4. Михайлов С.С. Спортивная биохимия: Учебник для вузов и колледжей физической культуры. – 2-е изд., доп. – М.: Советский спорт, 2004. – 220 с.

5. Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека: учебник для студентов ВУЗов / Р.Д. Синельников, А.Р. Синельников, А.Я. Синельников – М.: Новая волна, 2015. – 383 с.

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Баранов А.А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Н.А. Скоблина – М.: Издатель Научный центр здоровья детей РАМН, 2008. – 216 с.

2. Горелова Л.В. Анатомия в схемах и таблицах – Ростов н/Д: Феникс 2006 – 573 (среднее профессиональное образование).

3. Макарова Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта [Электронный ресурс]: справ. / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. - Электрон.дан. - Москва: Советский спорт, 2009. - 272 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/4100>. - Режим доступа: [http://Ironman.ru/docs/sport\\_med.pdf](http://Ironman.ru/docs/sport_med.pdf).

4. Кулиненков О.С. Физиотерапия в практике спорта [Электронный ресурс] / О.С. Кулиненков, Н.Е. Гречина, Д.О. Кулиненков. - Электрон. дан. - Москва, 2017. - 256 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/97511>

#### **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

1. Анатомия и физиология. [www.school-collection.edu.ru/catalog/rubr/3e1d458c-1a0](http://www.school-collection.edu.ru/catalog/rubr/3e1d458c-1a0)

2. Анатомия человека, строение человека. Виртуальный атлас. [www.e-anatomy.ru](http://www.e-anatomy.ru)

3. Анатомия и физиология человека. [www.miranatomy.ru](http://www.miranatomy.ru)

4. Анатомия и физиология человека Федюкович Н.И. [www.alleng.ru/d/bio/bio053.htm](http://www.alleng.ru/d/bio/bio053.htm)

5. Анатомия и физиология человека [www.medicinform.net/human/fisiology.htm](http://www.medicinform.net/human/fisiology.htm)

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>

7. БД «Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки» <http://dvs.rsl.ru/>

#### **3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы. Приборы: Динамометр. Тонометры. Фонендоскопы.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Теория и методика физической культуры и спорта»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК - 3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - методологию теории и методики адаптивной физической культуры;  | ПК-2                    |
| - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. | ПК-3                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;                     | ПК-2                    |
| - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;                | ПК-3                    |
| <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;          | ПК-2                    |
| - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;          | ПК-3                    |

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:** Дисциплина относится к базовой части образовательной программы.  
Вид аттестации: зачет

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов  |
|---|--------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>8</b>     |
| <b>В том числе:</b>                                       |              |
| Лекции  | <b>4</b>     |
| Семинары  | 4            |
| Практические занятия                                      |              |
| Лабораторные работы                                       |              |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> | <b>6</b>     |
| Лекции  | <b>2</b>     |
| Семинары  | <b>4</b>     |
| Практические занятия                                      |              |
| Лабораторные работы                                       |              |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | <b>зачет</b> |
| Самостоятельная работа (всего)                            | <b>2</b>     |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b>  |
|   | <b>16</b>    |

## СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема<br>(раздел)  | Содержание раздела   | Всего<br>часов |
|---|---|--|----------------|
| 1 | Тема 1.<br>История ФК и спорта.                           | Возникновение и развитие физической культуры и спорта. Основные теории происхождения физической культуры: трудовая, культовая, биологическая. Олимпийские игры Древней Греции – высшая ступень развития физического воспитания в древности. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения в XIX веке. Практическая роль П. Кубертена в международном олимпийском. Проблемы и вызовы современного олимпийского спорта: кризис олимпийской философии, профессионализация, допинг, коммерциализация, увеличение количества олимпийских видов, влияние политики. Преемственность систем физического воспитания от П.Ф. Лесгафта до современности. Россия и российские спортсмены в современном Олимпийском движении. Проблемы взаимодействия России с международным спортивным сообществом и пути их преодоления.  | 2              |
| 2 | Тема 2.<br>Средства и методы физической культуры и спорта | Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника. Фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Классификация физических упражнений: по их биомеханическим особенностям, направленности на развитие двигательных качеств или обучения двигательным действиям, спортивной технике и др. Использование «искусственной управляющей среды» (тренажерных устройств, специального оборудования) для повышения эффективности физических упражнений. Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышения уровня физических качеств в единстве (совмещено, сопряжено). Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха | 2              |
| 3 | Тема 3.<br>Дидактически                                   | Формирование двигательных умений, навыков и специальных знаний - сущность обучения в физическом  | 4              |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p>е основы теории и методики физической культуры и спорта.</p> | <p>воспитании. Реализация принципов обучения в физическом воспитании. Принцип сознательности и активности: осмысление сущности двигательной активности и развития устойчивого интереса к ней; значение инициативности, самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания и спорта; учет возрастных особенностей и уровня физической подготовленности занимающихся при реализации данного принципа. Принцип наглядности: комплексный подход в использовании разнообразных форм наглядности; изменение удельного веса различных форм наглядности на различных этапах обучения; значение обратной связи. Принцип систематичности: непрерывность процесса физического воспитания, спортивной подготовки и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом. Принцип последовательности и его связь с проблемой доступности; методические правила «от известного к неизвестному», «от легкого - к трудному»; связь закономерностей возрастного развития с принципом последовательности. Принцип постепенности: реализация принципа путем расширения объема и увеличения интенсивности нагрузок; постепенность повышения требований к специальным знаниям на основе меж предметных связей; определение меры доступного. Значение принципа прочности приобретаемых навыков, умений и специальных знаний. Принцип индивидуализации: учет возрастных и индивидуальных особенностей при обучении, индивидуализация как необходимое условие для развития одаренности личности. Понятия: метод, методический прием, методика. Классификация методов. Значение терминологии как словесного обозначения новых представлений и понятий, требования, предъявляемые к современной терминологии. Виды наглядного восприятия и методика их применения. Применение методов строго регламентированного упражнения и методов частично регламентированного упражнения. Уровни владения двигательным действием в процессе обучения: двигательное умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка. Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и этапов обучения. Первый этап - создание представления: задачи, средства, методы. Второй этап - разучивание: задачи, средства, методы, Ошибки, причины их возникновения, меры предупреждения и приемы исправления. Освоение двигательного действия на уровне умения. Третий этап - закрепление и совершенствование: задачи, средства, методы. Освоение двигательного действия на уровне навыка. Четвертый этап - интегральное совершенствование навыков и качеств; задачи, средства, методы. Умение применять комплекс двигательных действий в вариативных условиях на основе высокого</p> |  |
|--|---|---|--|

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
|   |  | уровня физических качеств и специальных знаний. Освоение двигательных действий на уровне умений высшего порядка. Формирование специальных знаний в процессе обучения в физическом воспитании. Содержание знаний (сведения о физическом воспитании в целом, о закономерностях движения человеческого тела, о правилах разучивания двигательных действий и способах их выполнения, о влиянии занятий физическими упражнениями на организм человека и др.  |   |
| 4 | Тема 4.<br>Теоретико-практические основы развития физических качеств (двигательных способностей) | <p>Определение понятия «физические качества», «двигательные способности, их характеристика. Сила: определение понятия, формы проявления. Методика развития силы: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития качеств силы. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силы. Быстрота: определение понятия, формы проявления быстроты. Методика развития быстроты: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития быстроты. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития быстроты.</p> <p>Выносливость: определение понятия, формы проявления (устоимчивость и выносливость), виды выносливости. Методика развития выносливости, задачи, средства и методы. Факторы, определяющие степень воздействия упражнений при развитии выносливости. Возрастные периоды развития выносливости. Гибкость (подвижность в суставах): определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития гибкости: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости. Ловкость (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития ловкости: задачи, средства и методы. Возрастные особенности проявления. Контрольные упражнения для определения уровня развития ловкости. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.</p> | 2 |
| 5 | Тема 5.<br>Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте                             | Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач. Взаимосвязь формы и содержания занятий. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий. Учебно-тренировочные занятия, их характеристика. Соревнования  | 2 |
| 6 | Тема 6. Спорт в структуре современного общества.   | Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта. Роль спорта в решении задач физического воспитания. Типы спорта, сложившиеся в мире. Спорт высших достижений. Массовый спорт.   | 2 |



|                     |   |  |           |
|---------------------|---|--|-----------|
|                     | Теоретико-методические основы спортивной тренировки | Профессиональный спорт. Характеристика спортсменов-профессионалов и профессиональных клубов. Виды спорта. Отличительный их признак - предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры и т. п.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране. Понятие «спортивная подготовка». Многолетний характер подготовки спортсменов от начала специализированных занятий спортом в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Этапы многолетней спортивной подготовки. Структура системы подготовки спортсменов: Тренировка как составная часть подготовки. Принципы тренировки. Основные стороны (составные части) тренировки. Тренировочные нагрузки. Соревновательные нагрузки. Восстановительные и оздоровительные нагрузки. Характер отдыха, сочетание с нагрузками. |           |
| <b>Итого часов:</b> |   |  | <b>14</b> |

**Темы лекционных очных занятий (4 часа):**

*Лекция №1* Средства и методы физической культуры и спорта (характеристика средств физического воспитания; физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы; физическое упражнение как основное средство физического воспитания; факторы, определяющие воздействие физических упражнений; техника двигательного действия).

*Лекция №2* Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте. (характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач; взаимосвязь формы и содержания занятий в профессиональной деятельности инструктора по спорту).

**Темы практических очных занятий (4 часа):**

*Практическое занятие №1* Дидактические основы теории и методики физической культуры и спорта (формирование двигательных умений, навыков и специальных знаний - сущность обучения в физическом воспитании; реализация принципов обучения в физическом воспитании при профессиональной деятельности инструктора по спорту).

*Практическое занятие №2* Характеристика методов обучения и воспитания в физической культуре. Их практическая реализация (Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха).

**Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):**

*Лекция №1* История ФК и спорта (История олимпийского движения. Проблемы и вызовы современного олимпийского спорта: кризис олимпийской философии, профессионализация, допинг, коммерциализация, увеличение количества олимпийских видов, влияние политики. Преимущество систем физического воспитания от П.Ф. Лесгафта до современности. Россия и российские спортсмены в современном Олимпийском движении. Проблемы взаимодействия России с международным спортивным сообществом и пути их преодоления).

**Темы практических дистанционных занятий (4 часа):**

*Практическое занятие №1* Практические аспекты построения занятий в физическом воспитании и спорте. ОФП и СФП. Методы контроля и самоконтроля на занятиях (Направленность ОФП и СФП на занятиях, понятия «нагрузка» и «отдых», объём и интенсивность нагрузки, самоконтроль на занятиях, показатели мощности работы на занятиях).

*Практическое занятие №2* Практическая реализация методических подходов развития физических качеств (двигательных способностей). (определение понятия, формы проявления, методика развития: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития качеств. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития двигательных способностей).

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения  |
|---|--------------------------------|--|
| ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.                     | А/02.5                         | <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методологию теории и методики адаптивной физической культуры;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;</li> </ul>   |
| ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры. | А/04.5                         | <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> |

#### Примеры тестовых заданий:

1. Появление физической культуры в первобытном обществе связано с...
  - инстинктивная потребность к игровой деятельности
  - физические упражнения и игры имеют культовое и животно-образное происхождение
    - излишков биологической энергии человека, которые компенсируются через двигательную активность
    - потребностей первобытных людей в подготовке к тому или иному роду трудовой деятельности.
2. Система физического воспитания Древних Афин в основном была направлена на...
  - подготовку и участие в соревнованиях

- эстетические потребности в красивом теле
- подготовку к несению воинской службы
- разностороннее гармоническое развитие человека.

3. Какой самый известный обычай связанный с проведением Олимпийских игр Древней Греции?

- победителю вручали денежное вознаграждение
- победителю вручали священный кубок - Грааль
- победители приносили в жертву священного быка
- на время игр прекращались все войны между полисами.

4. Жители города (государства) где проживал победитель Олимпийских игр в Древней Греции...

- приносили в жертву рабов
- ставили победителю памятник
- осыпали победителя золотыми монетами
- проламывали городскую стену внося победителя в город на руках.

5. В каких странах зародились современные системы гимнастических упражнений?

- Россия
- США и Канада
- Бразилия и Парагвай
- Швеция и Германия.

6. По какому виду спорта создана самая первая Международная федерация?

- конькобежный спорт (ИСУ)
- лёгкая атлетика (ИААФ)
- футбол (ФИФА)
- гимнастика (ФИЖ).

7. В каком году появились в России первые спортивные объединения (спортивные клубы)?

- 1867 ("Московский клуб любителей бега")
- 1924 ("Динамо")
- 1917 ("Красная армия")
- 1860 («С. Петербургский речной яхт-клуб»).

8. В каком году проводилась первая Русская Олимпиада?

- 1954 (г. Ленинград)
- 1924 (г. Москва)
- 1914 (г. Рига)
- 1913 (г. Киев).

9. Какие основные задачи был призван решать комплекс ГТО введенный в 1931 г.?

- отвлечение молодёжи от пагубных привычек
- проверка физической подготовленности студентов и школьников
- контроль за расходованием средств, выделяемых на физическую культуру и спорт
- вовлечение население и общественные организации в спортивную жизнь, привлечение к систематическим занятиям физической культурой.

10. На каких Олимпийских играх сборная СССР впервые выиграла неофициальный командный зачёт?

- в 1980 г. Москве
- в 1900 г. Париже
- в 1948 г. Лондоне
- в 1956 г. Мельбурне

11. В каком году летние Олимпийские игры проводились в Москве?
- 1918
  - 1992
  - 2014
  - 1980.
12. На каких Олимпийских играх сборная России снова стала выступать отдельной командой?
- в 1952 г. Хельсинки
  - в 2014 г. Сочи
  - в 1992 г. Барселоне
  - в 1994 г. Лиллехаммере (Норвегия).
12. Кого из государственных деятелей XIX века принято считать основоположником Олимпийских игр современности?
- Иоганн Кристоф Фридерик Гутс-Мутс
  - Томас Арнольд
  - Наполеон Бонапарт
  - Пьер де Кубертен.
13. В январе 1894 г. состоялся олимпийский конгресс. Какой международный орган учреждён участниками конгресса и действует до сих пор?
- Организация объединённых наций
  - Всемирное антидопинговое агентство
  - оргкомитет по проведению Олимпийских игр
  - Международный олимпийский комитет.
14. Кто в настоящее время является президентом Международного олимпийского комитета?
- Барак Обама
  - Пьер де Кубертен
  - Хуан Антонио Самаранч
  - Томас Бах.
15. Как звучит девиз Олимпийских игр?
- Пусть всегда будет спорт
  - Главное не победа, а участие
  - Мир во всём мире
  - Быстрее, выше, сильнее.
16. Что такое деятельностная сторона физической культуры?
- Выполнение человеком трудовых обязанностей
  - Спортивные игры и единоборства
  - Бег, прыжки, метания
  - Целесообразная двигательная активность человека в виде различных форм физических действий.
17. Что относится к специфическим функциям физической культуры?
- прокламация
  - ликвидация
  - перетурбация
  - рекреация.
18. Физическое воспитание – это....
- состояние физических способностей человека
  - вид тренировки
  - изменение физических качеств в соответствии с возрастом

• управляемый и целенаправленный процесс приобретения двигательных умений и навыков, повышения уровня физических способностей.

19. Что такое рекреативные функции физической культуры?

- функции в сфере спорта высших достижений
- функции, оказывающие эстетическое воздействие
- функции, развивающие физическую подготовленность населения
- двигательная активность в режиме расширенного отдыха.

20. Спортивные функции физической культуры подразумевают...

- максимальное развитие двигательных способностей
- использование фармакологических препаратов в соревнованиях
- достижение спортивной фигуры
- достижение максимального результата в соревновательной деятельности.

21. Практико-деятельностный компонент предполагает...

- занятия по двигательным практикам
- воздействие физических нагрузок на организм человека
- деятельность тренера или учителя по физической культуре
- активную, целесообразную и творческую деятельность по использованию средств физической культуры в своем образе жизни.

22. Выберите определение понятию "двигательное умение".

- способность выполнять двигательные действия без участия сознания
- выполнение физических упражнений с техническими ошибками
- способность поднимать тяжелые веса
- сознательное управление движением.

23. Что означает "скачкообразность" в приобретении навыка?

- беговые и прыжковые упражнения
- резкий переход от невозможности выполнить движение к техническому совершенству
- выполнении прыжков на занятиях по физической культуре
- резкий качественный переход после длительного накопления двигательного опыта в освоении движения в целом.

24. Какие методические приёмы рекомендуется использовать для выхода из «плато» в развитии навыка при исчерпании лимита воздействия применяемых средств?

- ничего не делают, ждут, когда навык появится сам-собой
- увеличивают интенсивность выполняемых упражнений
- увеличивают количество повторений
- изменяют методику, подбирают новые упражнения

25. Существует ли перенос двигательных навыков?

- навыки в различных движениях никак не связаны друг с другом
- чем лучше выполняется одно упражнение, тем легче выполнить другое
- всё зависит от желания занимающегося
- предыдущий двигательный опыт может как помогать, так и мешать в освоении новых двигательных навыков

26. Существуют ли упражнения научиться которым достаточно раз в жизни?

- только у людей с хорошей физической подготовкой
- у каждого по своему
- нет (через какое-то время всё забывается)
- да (езда на велосипеде, катание на коньках, умение плавать)

27. Выберите из предложенных вариантов принципы воспитания, использующиеся не только в физической культуре.

- постепенного наращивания

- развивающее тренирующих воздействий
- "адаптированного баланса динамики нагрузок"
- системного чередования нагрузок и отдыха
- непрерывности процесса обучения

28. Для чего нужны мотивационные предпосылки для начала обучения?

- для удовлетворения эстетических потребностей
- для получения удовлетворения от выполненной работы
- для улучшения физической подготовленности
- для достижения полезного результата и обозначение доступного пути к этому

результату

29. Чем отличаются термины "физическое воспитание" и "физическое развитие"?

- термины означают одно и то же
- "физическое воспитание" в высшем учебном заведении, а "физическое развитие" в школе
- "физическое воспитание" относится к физкультуре, а "физическое развитие" к спорту
- "физическое воспитание" - это направленный процесс, а "физическое развитие" - это естественные или искусственные изменения состояния организма на протяжении жизни

30. Сила каждой мышцы зависит от....

- от применения фармакологических препаратов
- от внутреннего содержания мышечных волокон
- от её длины
- от её поперечного сечения

31. Какая сила определяется максимальными показателями мышечных напряжений без учета массы тела человека?

- рекордная
- вариативная
- большая
- абсолютная

32. Как называются способности человека, когда необходимо проявлять значительные мышечные усилия длительный промежуток времени без снижения эффективности двигательного действия?

- силовая работоспособность
- выносливая сила
- длительная сила
- силовая выносливость

33. Как называется метод воспитания силы, когда используются упражнения с максимальным количеством повторений и непредельным весом отягощения?

- «ударный» метод
- метод максимальных усилий
- метод динамических усилий
- метод "повторного максимума"

34. Какие наиболее характерные особенности методы "круговой тренировки" при воспитании силовых способностей?

- беговые упражнения по стадиону
- использование круглых спортивных снарядов
- упражнения выполняются на балансировочном кругу

• упражнения на различные мышечные группы выполняются с дозированием времени нагрузки и отдыха

35. Выберите из предложенных вариантов показатель который меньше всего влияет на скоростные способности отдельного человека ?

- генетическая предрасположенность
- соотношение "быстрых" белых и "медленных" красных мышечных волокон
- способности мышц к переходу из состояния напряжения в состояние расслабления
- половой принадлежности

36. Что такое "скоростной барьер" при воспитании быстроты?

- термин применяется в авиации, а не в физической культуре
- переход на новый уровень спортивных результатов
- спортивные снаряды при беге с барьерами
- длительное отсутствие улучшения результатов несмотря на активные тренировки

37. Выберите из предложенных вариантов, подходящих под определение: способность человека значительное время выполнять различную двигательную работу невысокой интенсивности сохраняя при этом необходимый уровень эффективности этой работы?

- ни один термин не подходит
- силовая выносливость
- скоростная выносливость
- общая выносливость или работоспособность

38. Нужно ли воспитывать выносливость в определённом виде двигательной активности?

- выносливость зависит от генетики и не поддаётся тренировке
- это зависит от индивидуальных особенностей человека
- нет, можно воспитывать выносливость вообще
- да, каждом виде спорта и деятельности человека вообще существуют специальная выносливость

40. Какая систематическая тренировка может дать увеличение количества капилляров на единицу площади поперечного сечения мышц?

- на гибкость
- на силу
- на быстроту
- на выносливость

41. Какое упражнение наиболее доступно для использования при воспитании выносливости?

- плавание
- бег на лыжах
- езда на велосипеде
- кросс

42. Выберите из предложенных вариантов, подходящих под определение: способности человека рационально и эффективно решать сложные двигательные задачи, а также обучаться новым двигательным действиям?

- обучаемость
- сметливость
- интуиция
- ловкость

43. В каком из предложенных вариантов человек демонстрирует активную гибкость в тазобедренных суставах и позвоночнике?

- лёжа на спине притянуть руками прямую ногу к груди

- наклон вперед стоя на полу партнёр надавливает руками на плечи
- наклон вперед сидя на полу перед шведской стенкой подтягивая себя руками
- наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке

44. Что такое "стретчинг"?

- один из видов спортивных единоборств
- один из видов танцевального спорта
- резиновые амортизаторы для упражнений
- одна из систем воспитания гибкости

45. В каком виде спорта координация движений не играет решающей роли?

- стрельба из лука
- бокс
- спортивная гимнастика
- марафонский бег

46. В каком возрасте наиболее целесообразно уделять особое внимание воспитанию скоростных способностей?

- с 8-9 лет
- с 4-5 лет
- только после созревания организма
- с 10-11 лет

47. Основной характеристикой спорта, как рода человеческой деятельности в отличии от физической культуры является...

- наличие зрителей
- нравственная составляющая
- коммерческая деятельность
- соревновательная деятельность

48. По каким из признаков не разделяют отдельные виды (или группы видов) спорта?

- предмет состязания
- состав действий и способов ведения спортивной борьбы (спортивной техникой и тактикой)
- регламент состязания и критерий достижений
- наличие физических и психических нагрузок

49. К технико-конструктивным видам спорта, в состязаниях по которым сопоставляются не столько сами непосредственно соревновательные действия спортсменов, сколько результаты - предметы условной модельно-конструкторской деятельности, относятся ...

- бобслей
- скелетон
- аквабайк
- судомодельный спорт

50. Для чего нужен "массовый спорт"?

- для удовлетворения эстетических потребностей
- для демонстрации рекордных результатов
- для привлечения финансовых средств в данную сферу человеческой деятельности
- для более активного улучшения физической подготовленности, через интерес к соревновательной деятельности

51. Какой вид двигательной активности не является формой самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом?

- утренняя гигиеническая гимнастика
- упражнения в течение рабочего дня



- самостоятельные тренировочные занятия учебные
- занятия в спортивных секциях

52. Какая нагрузка обеспечивает положительные изменения в организме и способствует его развитию?

- незначительная
- восстанавливающая
- поддерживающая
- тренирующая

53. Какая нагрузка, не вызывает никаких изменений в организме?

- восстанавливающая
- поддерживающая
- тренирующая
- незначительная

54. Какой показатель частоты сердечных сокращений соответствует порогу тренирующей нагрузки, эффективной для повышения функциональных способностей систем, ответственных за транспорт кислорода?

- 180 уд/мин
- 150 уд/мин
- 110 уд/мин
- 130 уд/мин

55. Что такое стретчинг?

- гонки на плотках по горным рекам
- силовые упражнения с гантелями
- это комплекс упражнений с резиновыми амортизаторами
- это комплекс упражнений и поз для растягивания определенных мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей

56. Какие виды двигательной активности относятся к циклическим?

- метания
- спортивные игры
- единоборства
- езда на велосипеде

57. Какой вид двигательной активности вызывает наибольшее увеличение частоты сердечных сокращений за короткое время?

- бег на длинные дистанции
- лыжный спорт
- плавание
- бег на короткие дистанции

58. Какую основную задачу решает основная часть учебно-тренировочного занятия

- набор веса
- получение положительных эмоций
- проверка контрольных показателей
- воспитание физических способностей и приобретение двигательных умений и навыков

59. Какую основную задачу решает заключительная часть занятия?

- подведение итогов занятия
- распределение домашних заданий
- переодевание и гигиенические процедуры
- выход из нагрузки и подготовка систем организма к другой деятельности

60. Соблюдение техники безопасности для тренирующегося на занятиях спортом является

- обязательным только для паралимпийцев
- необходимым только для неподготовленных
- необходимым только при возникновении чрезвычайных ситуаций
- обязательным для всех условием тренировки

#### **Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций**

Вариант теста предлагается преподавателем. Тест считается успешно пройденным, если правильно отвечено на более 50 % вопросов - 31 (тридцать один) правильный ответ. Правильный ответ в каждом вопросе только 1 (один). Не отвеченный вопрос считается «не правильно отвеченным». 2 и более ответа на один вопрос считается «не правильно отвеченным».

| «не зачтено»                         | «зачтено»                            |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>30 и менее правильных ответов</b> | <b>31 и более правильных ответов</b> |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**, необходимый для освоения дисциплины (модуля)

#### **ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: Учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов – 12-е изд., испр. - М.: Академия, 2014. – 480с.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: [учебник] / Л. П. Матвеев. - [3- е изд., перераб. и доп.]. - Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадемПресс, 2008. - 542, [1] с.: ил., табл.; 25 см. - (Корифеи спортивной науки); ISBN 978-5-278-00833-0 (ФиС).

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Дисько Е. Н. Основы теории и методики спортивной тренировки: учебное пособие. – Минск: РИПО, 2018. – 252с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497462> . – <http://biblioclub.ru/> . - Библиогр. в кн. – на рус. яз. - ISBN 978-985-503-802-4.

2. Германов Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры М.: Юрайт, 2018. – 450 с.

3. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. - [3-е изд.]. - Москва: Советский спорт, 2009 (Вологда: Полиграфист). - 199 с.: ил.; 22 см. - (Спорт без границ.); ISBN 978-5-9718-0340-9 (в пер.) (Спорт без границ).

4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать: [Монография] / Н.Г. Озолин. – Москва: АСТ : Астрель: Полиграфиздат, 2011, макет . – 863 с.: ил., табл. – (Профессия - тренер). - Библиогр.: с. 854. – На рус. яз. - ISBN 978-5-271-02939-4. - ISBN 978-5-17-012478-7. - ISBN 978-5-4215-1726-9: 363.00.

5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2015. - Кн. 1. - 2015.- 680 с.: ил. ISBN 978-966-8708-88-6.

**7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»**, необходимый для освоения дисциплины (модуля)

1. <http://bmsi.ru> Библиотека международной спортивной информации (БМСИ).

2. <https://www.minsport.gov.ru> – Министерство спорта Российской Федерации.

3. <http://teoriya.ru/ru> – журналы «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» «Теория и практика физической культуры».

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** - представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений),

имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения;

- оборудованная лекционная аудитория
- предполагается использование различных дидактических компонентов ИКТ-поддержки для показа тематических презентаций:
  - компьютерное и мультимедийное оборудование;
  - программное обеспечение Microsoft Office (Word, Power Point).

**Рабочая программа дисциплины**

**«Биомеханика»**

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-1.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности   | Формируемые компетенции |
|---|-------------------------|
| <b>Знания:</b>  |                         |
| - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения. | ПК-1                    |
| <b>Умения:</b>  |                         |
| - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.  | ПК-1                    |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>  |                         |
| - разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами;                    | ПК-1                    |

**МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:**

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы.

Вид итоговой аттестации: тест.

**ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:**

| Вид учебной работы                                 | Всего часов             |
|--|-------------------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися    |                         |
| <b>В том числе:</b>                                |                         |
| Лекции   | <b>4</b>                |
| Семинары   |                         |
| Практические занятия                               |                         |
| Лабораторные работы                                |                         |
| Дистанционная работа преподавателей с обучающимися |                         |
| Лекции   | <b>1</b>                |
| Семинары   | <b>1</b>                |
| Практические занятия                               |                         |
| Лабораторные работы                                |                         |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)          | <b>зачет</b>            |
| Самостоятельная работа (всего)                     | <b>2</b>                |
| <b>Общая трудоемкость</b>                          | <b>часы</b><br><b>8</b> |

**СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

| Тема (раздел)             | Содержание раздела  | Всего часов |
|---------------------------|---|-------------|
| Тема 1. Общая биомеханика | Механические явления в живых системах. Понятия о формах движения материи. Особенности механического движения человека. Методы исследования в биомеханике. Биомеханика мышц. Понятие о моторике человека как совокупности его двигательных возможностей. Биомеханическая характеристика силовых качеств. Сила действия | 2           |

|                     |                             |  |          |
|---------------------|-----------------------------|--|----------|
|                     |                             | человека. Понятие о силовых качествах. Биомеханическая характеристика скоростных качеств. Понятие о скоростных качествах. Биомеханическая характеристика выносливости. Основы эргометрии. Правило обратимости двигательных заданий.  |          |
|                     | Тема 2. Частная биомеханика | Понятие о вращательном движении. Движение звеньев в суставе (ось вращения в суставе, качение, скольжение и кручение, понятие о конгруэнтности суставных поверхностей). Зависимость углового ускорения звена от моментов внешних для него сил и его собственного момента инерции. Движения биомеханической системы без опоры и при опоре. Положение тела человека (место, ориентация и поза). Силы, возмущающие и уравнивающие (их источники и действие). Условия равновесия тела человека (системы тел) и показатели устойчивости. Локомоторные движения при взаимодействии с опорой (наземные) и средой (водные). | 2        |
| <b>Итого часов:</b> |                             |  | <b>4</b> |

#### Темы дистанционных лекций (1 час):

Лекция № 1. Виды перемещающих движений и требования к ним. Основы механики полета снарядов. Скорость, высота и углы вылета снаряда. Влияние вращения снаряда и сопротивления воздуха на траекторию его полета. Гирокоспический эффект и эффект Магнуса.

#### Темы практических дистанционных занятий (1 час):

Практической занятие № 1. Расчет кинематики и динамики локомоторного движения (по выбору: прыжок, цикл ходьбы, бега, лыжного хода, бега на коньках, способа плавания и др.).

#### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|--|--------------------------------|---|
| ПК-1.<br>Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | А / 04.5                       | <i>Знает:</i><br>- состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.<br><i>Умеет:</i><br>- определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.<br><i>Имеет опыт:</i><br>- разработки и утверждения графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами; |

Форма текущего контроля: не предусмотрена  
 Форма промежуточной аттестации: не предусмотрена  
 Форма итоговой аттестации: тест

**Тестовые задания:**

1. Что изучает биомеханика физических упражнений?
  - физиологические процессы в организме.
  - анатомические особенности строения опорно-двигательного аппарата тела человека.
  - законы и закономерности механики движений в живых системах.
  - закономерности формирования функциональных систем организма человека.
2. Что относится к прикладным направлениям исследования в биомеханике?
  - генная инженерия.
  - инженерная биомеханика.
  - биомеханическая оптика.
  - биомеханика взрывных усилий.
3. Что относится к прикладным направлениям исследования в биомеханике?
  - биомеханика физических упражнений.
  - биомеханика изменения температуры тела спортсмена при выполнении физических упражнений.
  - биомеханика мыслительных процессов.
  - биомеханические закономерности внешней среды.
4. Что относится к прикладным направлениям исследования в биомеханике?
  - биомеханика механизмов.
  - биомеханика машин.
  - биомеханика строительного дела.
  - медицинская биомеханика.
5. Какие характеристики движения относятся к инерционным?
  - масса тела, момент инерции тела
  - характеристики, описывающие движение тела по инерции
  - расстояние, которое проходит тело по инерции
  - линейная скорость и ускорение
  - радиус вращения материальной точки
6. Область изучения биомеханики физических упражнений это:
  - процессы формирования динамического стереотипа.
  - механические и биологические причины возникновения движений и особенности построения и выполнения движений в различных условиях.
  - научное обоснование рациональной методики обучения двигательным действиям на основе биомеханического анализа техники упражнений.
  - знания, необходимые для эффективного применения физических упражнений в качестве средства физического воспитания.
7. К естественным относятся движения:
  - совершаемые по естественной криволинейной траектории.
  - при которых движущийся объект не вырабатывает управляющих воздействий для достижения цели движения.
  - для изменения траектории которых, необходимо изменение величины внешних сил.
  - в которых для изменения траектории движения и достижения цели движения со стороны движущегося объекта вырабатываются управляющие силы.
8. К целенаправленным относятся движения:
  - совершаемые по целенаправленной криволинейной траектории.
  - в которых для изменения траектории движущийся объект вырабатывает управляющие силы.

- в которых для изменения траектории необходимо изменение величины внешних сил.
  - совершаемые под влиянием изменения величины внешних сил и моментов сил.
9. Педагогический выход результатов биомеханических исследований заключается:
- в разработке эффективных методов воспитания личности.
  - в разработке эффективных методов обучения двигательным действиям.
  - в биомеханическом обосновании методов исследования техники упражнений.
  - в разработке путей мотивации занятий физическими упражнениями и спортом.
10. Целенаправленные движения осуществляются:
- при отсутствии управления.
  - с наличием внешних помех.
  - с помощью управляющих воздействий, вырабатываемых движущимся телом.
  - по заданной траектории.
  - без постановки цели движения.
11. Для естественных движений характерно:
- регулирование траектории с помощью управления.
  - построение программы движения для достижения цели.
  - отсутствие управления.
  - преодоление внешних помех.
  - отсутствие внешних помех.
12. Различие между естественными и целенаправленными движениями заключается в:
- большей скорости естественных движений.
  - отсутствии управления в целенаправленных движениях.
  - большей точности целенаправленных движений.
  - большей амплитуде целенаправленных движений.
  - отсутствию управления в естественных движениях.
13. Что такое «тело отсчета»?
- тело, от которого начинается движение
  - тело, обладающее эталонными размерами
  - тело, относительно которого определяется положение объекта
  - тело, с которым сравнивают по величине другое тело
  - тело, у которого заканчивается движение
14. Что такое импульс силы?
- значение силы в данный момент времени
  - сила прилагается к телу через определенные промежутки времени
  - произведение силы на время, в течение которого сила действует на тело
  - Максимальное значение действующей силы - время, в течение которого сила действует на тело.
15. Что называют траекторией.
- место точки в пространстве;
  - место точки в системе отсчета;
  - перемещение точки;
  - линия движения точки
16. Формы проявления скоростных качеств?
- быстрота мысли
  - быстрота мышц
  - быстрота бега
  - повышение темпа
  - смена ритма
17. Ритм движения тела – это...
- пространственная мера повторности движений;
  - временная мера повторности движений;



- временная мера соотношения частот движений;
  - мера изменения быстроты движений.
18. Оптимальный двигательный режим – это ...
- двигательный режим, прописанный врачом;
  - наилучшая техника двигательных действий и наилучшая тактика двигательной деятельности;
  - двигательные действия спортсмена, направленные на решение поставленной цели
19. Объёмом техники называется ...
- совокупность технических приёмов, которыми владеет человек;
  - разносторонность, эффективность и освоенность техники;
  - технический арсенал каждого вида спорта
20. Указать единицы измерения временных характеристик.
- Вт;
  - мин;
  - ;
  - м/с
21. Указать пространственно-временные характеристики.
- град;
  - с;
  - Ом;
  - .
22. Указать единицы измерения темпа движений.
- шаг/с;
  - рад/с;
  - м/с; 39
  - мин.
23. Процесс созревания – это ...
- совершенствование двигательных возможностей в процессе возрастного развития детей;
  - результат педагогического воздействия на двигательную культуру ребёнка;
  - генетически обусловленное совершенствование систем организма;
24. Эстетический идеал – это ...
- телесная красота, увязанная с соображениями практической пользы;
  - двигательная культура человека;
  - образец, соответствующий общепринятому в данный период времени представлению о красивом.
25. Мышцы, выполняющие однотипные движения - это:
- антагонисты
  - синергисты
  - аддукторы
  - протракторы
26. Сокращение мышцы, при котором ее волокна укорачиваются, но напряжение остается постоянным, называется:
- изометрическим
  - инерционным
  - изотоническим
  - синергетическим
27. По форме различают мышцы:
- поверхностные
  - отводящие
  - одноперистые
  - веретенообразные

28. Оттягивает дистальный отдел конечности назад:

- протрактор
- ротатор
- ретрактор
- абдуктор

29. Отводящая мышца называется:

- сфинктером
- абдуктором
- антагонистом
- аддуктором

30. Совокупность согласованных движений человека (животных), вызывающих активное перемещение в пространстве, называется:

- ходьбой
- двигательной реакцией
- двигательной активностью
- локомоцией.

*Критерии оценивания тестовых заданий:*

Тест проводится в форме онлайн-тестирования, которое проводится на платформе Google-test. Всего в тесте 30 вопросов, ответ на каждый вопрос оценивается в 1 балл.

| Зачтено      | Не зачтено  |
|--------------|-------------|
| 22-30 баллов | 0-21 баллов |

**6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,**  
необходимый для освоения дисциплины (модуля)

**ОСНОВНАЯ:**

1. Биомеханика: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Г. И. Попов. – М.: Академия, 2013.

2. Попов, Г. И., Самсонова, А. В. Биомеханика двигательной деятельности: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Г. И. Попов А. В. Самсонова. – 2-е изд. стер. – М.: Академия, 2013.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Донской, Д. Д. Биомеханика: Учебник для институтов физической культуры / Донской Д. Д., Зацюрский В. М. – М.: Физкультура и спорт, 1979.

2. Практикум по биомеханике: Учебное пособие для институтов физической культуры / Под ред. И. М. Козлова. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

3. Донской, Д. Д. Строение действия (биомеханическое обоснование строения спортивного действия и его совершенствования): Учебно-методическое пособие для студентов физкультурных вузов и тренеров. – М.: РГАФК, 1995.

4. Донской, Д. Д. Расчетно-графические работы по биомеханике: Методические разработки для студентов ГЦОЛИФКа / Донской Д. Д., Зайцева Л. С., Каймин М. А. – М.: ГЦОЛИФК, 1986.

5. Зацюрский, В. М. Биомеханика двигательного аппарата человека / Зацюрский В. М., Аруин А. С., Селуянов В. Н. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

6. Коренберг, В. Б. Лекции по спортивной биомеханике (с элементами кинезиологии). – М.: Академия, 2011.

7. Лукунина, Е. А. Сохранение положения тела человека в условиях отсутствия внешних возмущающих воздействий: Методические разработки для слушателей ФУС и студентов / Лукунина Е. А., Шалманов Ан. А. – М.: РГАФК, 2000.

8. Сучилин, Н. Г. Оптико-электронные методы измерения движений человека / Сучилин Н. Г., Савельев В. С., Попов Г. И. – М.: Физкультура, образование, наука, 2000.

9. Уткин, В. Л. Биомеханика физических упражнений. – М.: Просвещение, 1989.

10. Шалманов, Ал. А. Основные механизмы взаимодействия с опорой в прыжковых упражнениях: Методические рекомендации для слушателей Высшей школы тренеров, факультетов усовершенствования и повышения квалификации / Шалманов Ал. А., Шалманов Ан. А. – М., 1990.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

1. <http://www.nlr.ru>
2. <http://library.ru>
3. <http://lib.sportedu.ru>
4. <http://orel.rsl.ru/>
5. <http://www.iqlib.ru>
6. <http://www.trainer.h1.ru>
7. <http://lesgaft.spb.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений), оснащенных интерактивной доской и мультимедийным оборудованием. Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиапроектором. Необходимы: - презентации лекций: «Введение (предмет и история биомеханики)», «Методы исследования в биомеханике», «Биомеханика двигательного аппарата человека», «Биодинамика движений человека», «Биомеханические аспекты управления движениями человека», «Биомеханика двигательных качеств», «Спортивно-техническое мастерство», «Дифференциальная биомеханика», «Движения вокруг осей», «Сохранение положения тела и движения на месте», «Локомоторные движения», «Перемещающие движения». - лабораторное оборудование:

- Электромиограф Нейрософт
- стабилограф Стабилан
- реограф Нейрософт
- тренажер Велозргометрический
- тренажер Эллипсоид
- весы медицинские
- ростомер медицинский

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

## **Рабочая программа дисциплины**

**«Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-1                    |
| - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения;   | ПК-2                    |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. | ПК-3                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;   | ПК-1                    |
| - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;   | ПК-2                    |
| - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;  | ПК-3                    |
| <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>   |                         |
| планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;  | ПК-2                    |
| - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;   | ПК-3                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы.

Вид промежуточной аттестации: **зачет**.

**ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:**

| Вид учебной работы                                 |             | Всего часов  |
|--|-------------|--------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися    |             |              |
| <b>В том числе:</b>                                |             |              |
| Лекции   |             | <b>8</b>     |
| Семинары   |             | 8            |
| Практические занятия                               |             |              |
| Лабораторные работы                                |             |              |
| Дистанционная работа преподавателей с обучающимися |             |              |
| Лекции   |             | <b>4</b>     |
| Семинары   |             | <b>4</b>     |
| Практические занятия                               |             |              |
| Лабораторные работы                                |             |              |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)          |             | <b>зачет</b> |
| Самостоятельная работа (всего)                     |             | -            |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>                      | <b>часы</b> | <b>24</b>    |

**1. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

| №  | Тема (раздел)   | Содержание раздела  | Всего часов |
|----|---|---|-------------|
| 1. | Лекция 1.<br>Гимнастика в системе физического воспитания и спортивной деятельности                  | Структура базовых видов спорта на 2018-2022 годы в системе спортивной подготовки. Базовые виды спорта в системе образования. Задачи, средства и методические особенности гимнастики. Классификация видов гимнастики. Развитие основных двигательных качеств средствами гимнастических упражнений. Особенности занятий гимнастикой для лиц с ОВЗ. Оборудование для гимнастического зала. Техника безопасности в гимнастическом зале. | 2           |
| 2. | Лекция 2.<br>Легкая атлетика в системе физического воспитания и спортивной деятельности             | Задачи, средства и методические особенности легкой атлетики. Классификация видов легкой атлетики. Развитие основных двигательных качеств средствами легкой атлетики. Особенности занятий легкой атлетикой для лиц с ОВЗ. Оборудование для занятий легкой атлетикой (для открытого стадиона, манежа). Техника безопасности при занятиях различными видами легкой атлетики  | 2           |
| 3. | Лекция 3.<br>Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спортивной деятельности | Задачи, средства и методические особенности спортивных и подвижных игр. Классификация видов спортивных и подвижных игр. Развитие основных двигательных качеств средствами спортивных и подвижных игр. Особенности занятий спортивными и подвижными играми для лиц с ОВЗ. Оборудование для занятий спортивными и подвижными играми. Техника безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми.                               | 2           |
| 4. | Лекция 4.<br>Плавание в   | Задачи, средства и методические особенности водных видов спорта. Классификация видов плавания. Развитие   | 2           |

|  |   |          |
|--|---|----------|
| системе физического воспитания и спортивной деятельности | основных двигательных качеств средствами плавания. Особенности занятий плаванием для лиц с ОВЗ. Оборудование для бассейна. Техника безопасности при занятиях плаванием. |          |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>8</b> |

**Темы практических очных занятий (8 часов):**

*Практическое занятие № 1.* Гимнастика: для детей, которые имеют свой первый опыт спорта на уровне школы или спортивного клуба, а также спортсмены на начальном этапе спортивной подготовки; в массовом спорте; в рекреационной деятельности; для занимающихся в оздоровительных целях.

*Практическое занятие № 2.* Легкая атлетика: для детей, которые имеют свой первый опыт спорта на уровне школы или спортивного клуба, а также спортсмены на начальном этапе спортивной подготовки; в массовом спорте; в рекреационной деятельности; для занимающихся в оздоровительных целях.

*Практическое занятие № 3.* Спортивные игры: для детей, которые имеют свой первый опыт спорта на уровне школы или спортивного клуба, а также спортсмены на начальном этапе спортивной подготовки; в массовом спорте; в рекреационной деятельности; для занимающихся в оздоровительных целях.

*Практическое занятие № 4.* Плавание: для детей, которые имеют свой первый опыт спорта на уровне школы или спортивного клуба, а также спортсмены на начальном этапе спортивной подготовки; в массовом спорте; в рекреационной деятельности; для занимающихся в оздоровительных целях.

**Темы лекций дистанционного обучения (4 часа):**

*Лекция № 1.* Развитие у занимающихся выносливости средствами базовых видов спорта (спортивные и подвижные игры, гимнастика, плавание, легкая атлетика).

*Лекция № 2.* Развитие у занимающихся координационных способностей средствами базовых видов спорта (спортивные и подвижные игры, гимнастика, плавание, легкая атлетика).

**Темы практических дистанционных занятий (2 часа):**

*Практическое занятие № 1.* Организация и проведения соревнований по спортивным и подвижным играм, гимнастике, плаванию, легкой атлетике. Отличительные особенности соревновательной деятельности в базовых видах спорта.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии)  | Индикаторы достижения  |
|--|---|--|
| <b>ПК-1.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | ПС 05.004.<br>« <i>Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту</i> »<br>А/01.5<br>А/02.5 | <i>Знает:</i><br>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br><i>Умеет:</i><br>- управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; |
| <b>ПК-2.</b> Способен развивать психические  | ПС 05.004.<br>« <i>Инструктор-</i>  | <i>Знает:</i><br>- требования, подходы и методические решения  |

|   |   |  |
|---|---|--|
| и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний   | <i>методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»</i><br>A/01.5<br>A/02.5 | в области проектирования и реализации программ развивающего обучения;<br><i>Умеет:</i><br>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;<br><i>Имеет опыт:</i><br>планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;   |
| <b>ПК- 3.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | A/02.5  | <i>Знает:</i><br>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br><i>Умеет:</i><br>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях. |

### Типовые контрольные задания:

Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Характеристика гимнастики как одного из основных средств и методов физического воспитания населения.
2. Гимнастика как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Средства гимнастики (краткая характеристика каждого из них).
4. Виды гимнастики (краткая характеристика каждой группы).
5. Основы обучения гимнастическим упражнениям. Цели и задачи обучения в гимнастике.
6. Основные факторы, определяющие технику плавания (правила соревнований, особенности водной среды, морфо-функциональные особенности организма пловца, уровень спортивного мастерства) и их характеристика.
7. Плаваемость: понятие, виды, факторы, ее определяющие.
8. Анализ сил, продвигающих тело пловца вперед. Механизм создания тяговых усилий в плавании.
9. Силы, тормозящие продвижение пловца: виды, характеристика, факторы, определяющие их величину. Основные способы снижения действия тормозящих сил в плавании.
10. Цель, задачи и основные этапы обучения плаванию.
11. Характеристика факторов, определяющих содержание программы обучения плаванию.



12. Общепедагогические принципы, регламентирующие процесс обучения и тренировки в базовых видах спорта (на выбор) (сознательности и активности, систематичности, доступности и индивидуализации, наглядности), и их характеристика.

13. Основные принципы физического воспитания (воспитывающего обучения, всестороннего развития, оздоровительной и прикладной направленности) и их реализация в процессе обучения базовым видам спорта (на выбор).

14. Методы обучения базовым видам спорта (на выбор). Характеристика словесных методов обучения.

15. Методы обучения базовым видам спорта (на выбор). Характеристика наглядных методов обучения.

16. Классификация практических методов обучения базовым видам спорта (на выбор). Характеристика соревновательного и игрового методов обучения.

17. Классификация практических методов обучения базовым видам спорта (на выбор). Характеристика целостно-раздельного метода обучения.

18. Спортивные игры как эффективное средство физического воспитания, вид спорта и активного отдыха.

19. Классификация технических приемов конкретной спортивной игры.

20. Классификация тактических приемов конкретной спортивной игры.

21. Игровые амплуа. Основные функции игроков в командно-игровых видах спорта.

22. Задачи обучения спортивным играм. Общепедагогические принципы, регламентирующие процесс обучения и начальной тренировки в спортивных играх: сознательности и активности, систематичности, доступности и индивидуализации, наглядности.

23. Основные принципы физического воспитания (воспитывающего обучения, всестороннего развития, оздоровительной направленности) и их реализация в процессе обучения спортивным играм.

24. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных.

25. Основные формы организации подвижных игр.

26. Организация и проведение соревнований по базовым видам спорта (по выбору).

27. Типология, характеристика, примеры подвижных игр на сообразительность и внимание (с метанием в неподвижную [подвижную] цель, с речитативом).

28. Игры на местности (на воде, зимой на снегу): виды, характеристика, примеры.

29. Игры-аттракционы (игры на переменах): виды, характеристика, примеры, особенности проведения.

30. Подвижные игры как средство и метод развития силы (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости).

31. Воспитание быстроты движений средствами легкоатлетических упражнений.

32. Воспитание скоростно-силовых качеств средствами легкоатлетических упражнений.

33. Воспитание выносливости средствами легкоатлетических упражнений.

34. Воспитание координационных способностей средствами легкоатлетических упражнений.

35. Воспитание гибкости средствами легкоатлетических упражнений.

36. Воспитание силы средствами легкоатлетических упражнений.

***Критерии оценивания ответа на зачете***

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

| Зачтено    | Не зачтено |
|------------|------------|
| 4-8 баллов | 0-3 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,**  
необходимый для освоения дисциплины (модуля)

**ОСНОВНАЯ:**

1. Булгакова Н. Ж. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2018.

2. Виленский М.Я. Физическая культура (учебник) Гриф РГПУ им. Герцена //М.Я. Виленский, В.Ю. Волков, Л.М.В олкива, Д.Н. Давиденко, О.Ю. Масалова, С.И. Филимонова, В.Г. Щербаков/ Под ред. М.Я. Виленского/ второе издание, стер. М.: КНОРУС. - 2013. 424 с.- (Бакалавриат).

3. Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика. Учебник. /М.: Academia, 2014.

4. Казантинова Г.М., Чарова Т.А., Андрющенко Л.Б. Физическая культура студента: учебник /Г.М. Казантинова, Т.А. Чарова, Л.Б. Андрющенко. – Волгоград: ФГБОУ ВО «Волгоградский ГАУ, 2017. – 304 с.

5. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Academia, 2016. - 495 с.

6. Лебедихина, Т.М. Гимнастика: теория и методика преподавания: [учеб. пособие] / Т.М. Лебедихина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2017.

7. Коротков И.М. Подвижные игры. Учебное пособие для студентов вузов/ И.М. Коротков - Изд-во ТВТ Дивизион, 2019

**Дополнительная литература:**

1. Врублевский Е. П. Легкая атлетика. Основы знаний в вопросах и ответах. Учебное пособие/ Физкультура и спорт, Москва, 2016.

2. Германов Г.Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры/ Москва, 2017.

3. Мазаник С.В. Правила игр: книга-тренер/ Изд-во "Эксмо", 2013

4. Z: Официальные правила/Библиотека/Для студентов/ (баскетбол, волейбол, гандбол)

5. Платонов В.Н. Спортивное плавание: путь к успеху. Книга 1/ Изд-во: Советский Спорт, Москва,2012

6. Симиная Т.Е. Физическая культура. Плавание в физическом воспитании студентов: учебное пособие / под. ред. Т. Е. Симиной. – Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», 2016.

7. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кет-риш.- Электрон. дан.- Москва: Спорт, 2016.- 280 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/73814>.

8. Шутова Т.Н. Атлетическая гимнастика в физическом воспитании студентов: учебное пособие / Т.Н. Шутова, О. В. Везеницын, Д. В. Выприков, Г. С. Крылова, И. М. Бодров, Д. А. Кокорев, А. Г. Буров; под ред. д-ра ист. наук И. В. Яблочкиной, Г. Б. Кондракова. – Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», 2016.

## **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

1. <http://www.basket.ru/>
2. [http://revolution.allbest.ru/sport/00066890\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/sport/00066890_0.html)
3. [http://www.erudition.ru/referat/ref/id.32703\\_1.html](http://www.erudition.ru/referat/ref/id.32703_1.html)
4. <http://www.world-sport.org/games/basketball/technology>
5. [http://revolution.allbest.ru/sport/00066890\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/sport/00066890_0.html)
6. <http://nba-school-4.do.am/forum/2-12-1>
7. <http://www.world-sport.org/games/basketball/tactics>
8. <http://pro-basketball.ru/teoreticheskaya-podgotovkabasketbolistov/metodyobucheniya-i-trenirovki-v-basketbole.html>
9. [http://www.basket.ru/files/\\_public/Upload/Module/Makc2custom/Catalogue/Product/One/000/000/000/176/Files/343/448a57757c5c42a0876dcaea6d2f39a0.pdf](http://www.basket.ru/files/_public/Upload/Module/Makc2custom/Catalogue/Product/One/000/000/000/176/Files/343/448a57757c5c42a0876dcaea6d2f39a0.pdf)
10. <http://www.fizkulturaissport.ru/otbor/263-etapy-i-metody-otbora-v-sportivnyhigrah.html>
11. [http://streetball.by/index.php?option=com\\_content&task=view&id=118](http://streetball.by/index.php?option=com_content&task=view&id=118)
12. <http://fivb.narod.ru/techique.html>
13. <http://spurtup.com/gal/913>
14. <http://www.volley4all.net/index.php/rules.html>
15. <http://www.world-sport.org/games/volleyball/technology/>
16. <http://18x9.com/index.php?categoryid=50>
17. <http://voleyplay.ru/taktika-igry.html>
18. <http://volleyballsport.ucoz.ru/index/0-8>
19. <http://volley.org.ua/forum/showthread.php?t=41>
20. <http://www.small-games.info/?go=game&c=12&i=2239>
21. [www.rushandball.ru](http://www.rushandball.ru)
22. [www.world-sport.org/games/handball\\_big/](http://www.world-sport.org/games/handball_big/)
23. [www.world-sport.org/games/handball\\_small/](http://www.world-sport.org/games/handball_small/)

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

Спортивные сооружения, оснащенные необходимым инвентарем и оборудованием: гимнастический зал, легкоатлетический стадион или крытый легкоатлетический манеж, бассейн, универсальный спортивный зал.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Теория и организация адаптивной физической культуры»**

## ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний

**ПК-3.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;   | ПК-2                    |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-3                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;   | ПК-2                    |
| - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;   | ПК-3                    |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. | ПК-2                    |
| - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   | ПК-3                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Вид промежуточной аттестации - *экзамен*.

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов |
|---|-------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>10</b>   |
| <b>В том числе:</b>                                       |             |
| Лекции  | <b>4</b>    |
| Семинары  | 2           |
| Практические занятия                                      |             |
| Лабораторные работы                                       |             |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |
| Лекции  | <b>2</b>    |
| Семинары  | 2           |

|   |             |                |
|---|-------------|----------------|
| Практические занятия                      |             |                |
| Лабораторные работы                       |             |                |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) |             | <b>экзамен</b> |
| Самостоятельная работа (всего)            |             | <b>4</b>       |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>             | <b>часы</b> | <b>14</b>      |

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема (раздел)  | Содержание раздела  | Всего часов |
|---|--|---|-------------|
| 1 | Основные понятия и термины адаптивной физической культуры  | Адаптивная физическая культура в системе высшего профессионального образования. Адаптивная физическая культура в системе среднего профессионального образования. Интеграция образовательных программ - современная тенденция в высшей и средней школе. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре. Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». Определения «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.  | 4           |
| 2 | Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры  | Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация, креативные телесно-ориентированные виды практик, экстремальные виды двигательной активности).   | 2           |
| 3 | Принципы адаптивной физической культуры. Основные группы принципов в адаптивной физической культуре. | <p>Первая группа принципов – реабилитационные принципы – учитывает закономерности, накопленные в специальной психологии, специальной педагогике, включая олигофренопедагогику (Шапкова Л.В., 2003).</p> <p>Вторая группа принципов – педагогические принципы – ориентируют специалиста по адаптивной физической культуре на использование огромного опыта, накопленного в педагогике и представленного в ее основных разделах – теории обучения (дидактике) и соответственно обще-методических принципах воспитания.</p> <p>Третья группа принципов – принципы физического воспитания и спорта, выражающие специфические закономерности адаптации человека к физическим нагрузкам и развитие тренированности с учетом факторов, обусловленных отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Четвертая группа принципов – социальные принципы – отражает установочные положения, определяющие особенности взаимоотношений общества и человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая, разумеется, инвалидов.</p> | 2           |
| 4 | Обучение в   | Факторы, определяющие стратегию прогресса обучения.   | 2           |

|                     |                                |  |           |
|---------------------|--------------------------------|--|-----------|
|                     | адаптивной физической культуре | Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре. |           |
| <b>Итого часов:</b> |                                |  | <b>14</b> |

### Темы лекций дистанционного обучения

*Лекция 1.* Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре. Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических способностей. Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.

### Темы практических дистанционных занятий

*Практическое занятие № 1.* Формы организации занятий в адаптивной физической культуре. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре: - урочные и неурочные занятия. Теоретические уроки, инструкторско-методические уроки, практические уроки.

Неурочные формы занятий:

- утренняя гимнастика;
- вводная гимнастика (перед уроками, лекциями, работой);
- физкультурные паузы и минутки;
- спортивные развлечения (игры, катания на коньках, велосипедах и др.);
- прогулки, туристические походы, соревнования и др. Эти занятия могут быть:
- эпизодическими, однократными (например, походы, спортивные развлечения, соревнования);
- систематическими (утренняя вводная гимнастика, физкультурные минутки и паузы, гигиенические прогулки и др.).

### 3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии)       | Индикаторы достижения  |
|---|--------------------------------------|--|
| <b>ПК-2.</b> Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний | A/01.5<br>A/02.5<br>A/03.5<br>A/04.5 | <i>Знает:</i><br>- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;<br><i>Умеет:</i><br>- критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;<br>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными |

|   |                                      |  |
|---|--------------------------------------|--|
|   |                                      | возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.   |
| <b>ПК- 3.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | A/01.5<br>A/02.5<br>A/03.5<br>A/04.5 | <i>Знает:</i><br>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br><i>Умеет:</i><br>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях. |

#### ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:

**Письменное задание.** Указать сходства и отличия видов АФК.

Время проведения – 10 минут. Выполняется в форме таблицы:

| Название вида АФК                           | Сходства | Отличия |
|---|----------|---------|
| Адаптивное физическое воспитание            |          |         |
| Адаптивная двигательная рекреация           |          |         |
| Адаптивная физическая реабилитация          |          |         |
| Адаптивный спорт                            |          |         |
| Креативные телесно-ориентированные практики |          |         |
| Экстремальные виды двигательной активности  |          |         |

#### Критерии оценки уровня знаний по письменному заданию:

1 балл – менее 2-х сходств и отличий для каждого вида,

2 балла – более 2-х сходств и отличий для всех видов.

3 балла – более 4 сходств и отличий для всех видов

**Тестирование** по вопросу «Основные понятия и термины адаптивной физической культуры».

Тестовые задания включают в себя 5 вопросов по заданной теме, количество вариантов – 2. Время проведения тестирования – 10 минут.

#### Критерии оценки уровня знаний по текущему контролю:

1 балл – за 2 правильных ответа из 5 вопросов;

2 балла – за 3 правильных ответа из 5 вопросов;

3 балла – за 5 правильных ответов.

#### Вариант 1.

1. Какие задачи адаптивной физической культуры направлены на исправление имеющихся нарушений в состоянии здоровья?

1. профилактические

2. коррекционные



3. *образовательные*
4. *воспитательные*
2. Что является основным содержанием образовательной задачи адаптивной физической культуры?
  1. *развитие физических способностей*
  2. *коррекция двигательных нарушений*
  3. *профилактика возможных нарушений*
  4. *формирование знаний, двигательных умений и навыков*
3. Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата?
  1. *адаптивное физическое воспитание*
  2. *адаптивная физическая реабилитация*
  3. *адаптивный спорт*
  4. *адаптивная двигательная рекреация*
4. Какие из перечисленных функций адаптивной физической культуры входят в группу социальных?
  1. *профессионально-подготовительная*
  2. *коммуникативная*
  3. *образовательная*
  4. *профилактическая*
5. Что является содержанием профилактической функции адаптивной физической культуры?
  1. *предотвращение возможных нарушений*
  2. *коррекция двигательных нарушений*
  3. *компенсация нарушенных функций*
  4. *развитие физических способностей*

### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (Экзамен).**

1. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от медицины.
2. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от валеологии.
3. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от профилактической медицины и других отраслей знания и практической деятельности человека.
4. Охарактеризуйте понятия “культура”, “физическая культура”, “адаптивная физическая культура”.
5. Охарактеризуйте понятия “реабилитация”, “социализация”, “образ жизни”, “социальная интеграция”.
6. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья – “инвалидизма”.
7. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья - “социальной полезности инвалидов”.
8. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья - “личностно-ориентированная”.
9. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.
10. Традиционные задачи адаптивной физической культуры (на конкретном примере).
11. Специальные задачи адаптивной физической культуры (на конкретном примере).
12. Коррекционные задачи – основные задачи адаптивной физической культуры.
13. Возможности коррекции сенсорных систем помощью физических упражнений.
14. Возможности коррекции интеллекта с помощью физических упражнений.
15. Возможности коррекции функций опорно-двигательного аппарата с помощью физических упражнений.

16. Возможности коррекции внутренних органов с помощью физических упражнений.
17. Возможности коррекции речи с помощью физических упражнений.
18. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в адаптивной физической культуре.
19. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры.
20. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
21. Методы формирования знаний в адаптивной физической культуре. Особенности реализации.
22. Методы развития физических качеств в адаптивной физической культуре. Особенности реализации.
23. Методы обучения двигательным действиям. Особенности реализации.
24. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.
25. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.
26. Методы воспитания личности в адаптивной физической культуре. Особенности реализации.
27. Формы организации занятий в АФК.
28. Группы принципов адаптивной физической культуры.
29. Дайте характеристику виду адаптивной физической культуры - адаптивный спорт.
30. Главная цель, основные задачи адаптивного спорта.
31. Ведущие функции и принципы адаптивного спорта.
32. Паралимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов.
33. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев.
34. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Паралимпийских игр.
35. Цель, принципы, основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады.
36. Виды адаптивного спорта, применяемые в Специальных Олимпиадах.
37. Правило формирования “дивизионов” - важнейшее условие реализации философии Специального Олимпийского движения.
38. Процедура награждения участвующих в соревнованиях игр Специальной Олимпиады.
39. Основные программы Специального Олимпийского движения: “Специальная Олимпиада”, “Объединенный спорт”, “Тренировка двигательной активности”. Их характеристика.
40. Программа Специального Олимпийского комитета Санкт-Петербурга. Интеграция адаптивного спорта и специального искусства.
41. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте.
42. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции и повышении уровня качества жизни инвалидов.
43. Всестороннее воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
44. Умственное (интеллектуальное) воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
45. Нравственное воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
46. Эстетическое воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
47. Экологическое воспитание и адаптивная физическая культура.
48. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека – как методологический фундамент адаптивной физической культуры.

49. Гуманистическая психология и социально-психологические закономерности жизнедеятельности человека как методологическая основа адаптивной физической культуры.

50. Адаптивная физическая культура и ее роль в формировании социального статуса инвалида.

51. Нормативно-правовые основы деятельности учреждений адаптивной физической культуры и спорта в России.

#### **Критерии оценивания обучающегося на экзамене**

| <b>Оценка</b>         | <b>Критерии</b>  |
|-----------------------|--|
| «отлично»             | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. |
| «хорошо»              | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.  |
| «удовлетворительно»   | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.                            |
| «неудовлетворительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.  |

Форма проведения промежуточной аттестации: *экзамен*.

#### **4. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ необходимой для освоения дисциплины**

### Рекомендуемая литературы (основная)

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 616 С. : ил.

2. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст] : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил. - Гриф Федер. агентства по физ. культуре и спорту.

3. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с. - Гриф: Доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту.

### Рекомендуемая литература (дополнительная)

4. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебн. пособие / Под общ. ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.

5. Адаптивная физическая культура: ежеквартальный периодический журнал // 2000. – № 1–4; 2001 (и последующие годы). – № 1–4.

6. Аксенов, А.В. Инклюзивное физическое воспитание в начальной школе: учебн. пособие / А.В. Аксенов. – Москва: ООО «ТИД «Арис», 2013. – 116 с.

5. Евсеева, О.Э. Адаптивная физическая культура в геронтологии : учебное пособие [Электронный ресурс] / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. - М. : Советский спорт, 2010. - 83 с. - ISBN 978-5-9718-0461-1. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57713>

6. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс]: учебное пособие/ С.П. Евсеев [и др.].— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2014.— 304 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

7. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред. Л.В. Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил. - (Физ. культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - Гриф Федер. агентства по физ. культуре и спорту.

8. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Текст] : учебное пособие / С. П. Евсеев [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.

9. Евсеева, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 392 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40821>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

10. Евсеев, С.П. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями. Состояние и перспективы развития (нормативные, правовые, про-граммно-методические материалы): справочное издание / С.П. Ев-сеев, Т.И. Ольховая, О.Э. Евсеева. – СПб.: ГаллеяПринт, 2014. – 160 с.: ил.

11. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре: учебн. пособ. / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсеева; НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – М.: Советский спорт, 2013. – 96 с.

12. Евсеева, О.Э. Адаптивная физическая культура в геронтологии: учебн. пособие / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. – М.: Советский спорт, 2010. – 164 с.: ил.

13. Евсева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебн. пособие / О.Э. Евсева; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2015. – 117 с.

14. Евсева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание детей до 3-х лет в дошкольных образовательных учреждениях: учебн. пособие / О.Э. Евсева, А.В. Аксенов, Н.Н. Аксенова; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2015. – 123 с.

15. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

16. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / Авторы-составители О.Э. Евсева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсева. – М.: Советский спорт, 2013. – 388 с.: ил.

17. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы: учебн. пособ. / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков; под ред. С.П. Евсева, С.Ф. Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2010. – 488 с.

#### **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины.**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

#### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Социальная защита инвалидов»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей-инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; | ПК-1                    |

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации –зачет.

## 3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов              |
|---|--------------------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | 12                       |
| <b>В том числе:</b>                                       |                          |
| Лекции  | 4                        |
| Семинары  | 2                        |
| Практические занятия                                      |                          |
| Лабораторные работы                                       |                          |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |                          |
| Лекции  | 4                        |
| Семинары  | 2                        |
| Практические занятия                                      |                          |
| Лабораторные работы                                       |                          |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | зачет                    |
| Самостоятельная работа (всего)                            | 4                        |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b><br><b>16</b> |

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема (раздел)   | Содержание раздела   | Всего часов |
|---|---|--|-------------|
| 1 | Тема 1. Понимание инвалидности<br>Система социальной защиты инвалидов | Отношение к инвалидам в разные времена в разных странах (краткий исторический очерк). Понятие «инвалидность». Определение понятия «социальная защита инвалидов». Основные направления социальной защиты. | 4           |
| 2 | Тема 2. Порядок и условия признания                                   | Нормативно-правовая база социальной защиты: международный опыт и российский опыт.  | 4           |

|   |   |  |    |
|---|---|--|----|
|   | граждан инвалидами  | Регулирование отношений в сфере социальной защиты инвалидов.<br>Критерии инвалидности. Группы инвалидности   |    |
| 3 | Тема 3. Медико-социальная экспертиза (МСЭ)                                | Понятие, цели, структура и функции медико-социальной экспертизы. Методика работы и порядок осуществления МСЭ.  | 4  |
| 4 | Тема 5. Реабилитация как основное направление социальной защиты инвалидов | Определение понятия «реабилитация инвалидов»: цели и задачи.<br>Определение понятия «абилитация инвалидов»: цели и задачи.<br>Организационно-методические принципы реабилитации.<br>Основные направления - виды реабилитации.<br>Индивидуальная программа реабилитации и абилитации инвалидов и детей-инвалидов. | 4  |
|   |   |  | 16 |

#### Темы лекций дистанционного обучения:

*Лекция 1.* Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида.

*Лекция 2.* Реабилитация как основное направление социальной защиты инвалидов.

#### Темы практических занятий:

*Практическое занятие 1.* тема: «Социальная реабилитация инвалидов».

### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|--|--------------------------------|---|
| ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. | <b>A/04.5</b>                  | <i>Знает:</i><br>- законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей-инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных; |

#### Примерные задания

**Письменное задание «Социальная реабилитация инвалидов»**

**Центр социальной реабилитации инвалидов.**

План.

1. Нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность центра социальной реабилитации инвалидов.

2. Структура центра социальной реабилитации инвалидов.

3. Содержание деятельности отделений центра социальной реабилитации инвалидов.

4. Штат отделений центра социальной реабилитации инвалидов.



**Критерии оценки уровня знаний:**

2 балла – содержание изложено с неточностями, нет ссылок на нормативно-правовые документы.

3 балла – содержание изложено с неточностями, ссылки на нормативно-правовые документы, самостоятельный поиск информации.

4 балла – содержание изложено с неточностями, ссылки на нормативно-правовые документы, иллюстративный материал, самостоятельный поиск информации.

5 баллов – содержание изложено полно и четко, ссылки на нормативно-правовые документы, иллюстративный материал, самостоятельный поиск информации.

**Примерные тестовые задания**

| №  | Тестовое задание   |
|----|--|
| 1. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p><b>1. Определение понятия «социальная защита инвалидов»:</b></p> <p>а) <u>система гарантированных государством экономических, правовых мер и мер социальной поддержки, обеспечивающих инвалидам условия для преодоления, замещения (компенсации) ограничений жизнедеятельности и направленных на создание им равных с другими гражданами возможностей участия в жизни общества;</u></p> <p>б) это система общественных отношений, складывающихся между гражданами, с одной стороны, с органами государства, местного самоуправления, предприятиями, учреждениями, организациями – с другой, по поводу представления гражданам за счет специальных фондов медицинской помощи, пенсий, пособий и других видов обеспечения при наступлении жизненных обстоятельств, влекущих за собой утрату или снижение доходов, повышенные расходы, малообеспеченность, бедность;</p> <p>в) процесс осуществления системы мер различного характера, направленных на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья со стойким расстройством функций организма;</p> <p>г) социальное обслуживание инвалидов.</p> |
| 2. | <p><b>Цель социальной защиты инвалидов:</b></p> <p>а) <u>предоставление человеку возможности достойного существования путем создания условий для развития и совершенствования своих способностей;</u></p> <p>б) восстановление социального статуса инвалида, достижение им материальной независимости и его социальная адаптация;</p> <p>в) оказание инвалидам материальной помощи и отдельных видов услуг для предоставления им возможности осуществлять самообслуживание, передвижение, ориентацию, общение, трудовую деятельность;</p> <p>г) обеспечение занятости инвалидов.</p>   |
| 3. | <p><b>Если международным договором установлены правила отличные от предусмотренных законом РФ, то:</b></p> <p>а) применяются правила международного договора;</p> <p>б) закона РФ;</p> <p>в) на усмотрение органов власти;</p> <p>г) на усмотрение органов социальной защиты.</p>  |
| 4. | <p><b>Определение какого понятие приведено ниже:</b></p> <p>«полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью»:</p> <p>а) инвалид;</p> <p>б) социальная защита инвалидов;</p>  |

|     |  |
|-----|--|
|     | <p>в) реабилитация;<br/> г) <u>ограничение жизнедеятельности.</u></p>  |
| 5.  | <p>Критерии, на основе которых устанавливается группа инвалидности определяются:</p> <p>а) ограничением жизнедеятельности;<br/> б) <u>исходя из степени выраженности нарушений функций организма и ограничений жизнедеятельности;</u><br/> в) исходя из способности к самообслуживанию, обучению, ориентации;<br/> г) исходя из способности контролировать свое поведение</p>                                  |
| 6.  | <p>Какой степени утраты трудоспособности соответствует I группа инвалидности:<br/> а) I; б) II; в) <u>III</u>; г) IV.</p>  |
| 7.  | <p>Инвалидность I группы устанавливается:<br/> а) <u>на 2 года</u>; б) на 1 год; в) бессрочно; г) на 6 месяцев.</p>  |
| 8.  | <p>В каких случаях группа инвалидности определяется бессрочно:</p> <p>а) <u>инвалидам I и II группы, которым за последние 15 лет группа инвалидности не изменялась на более высокую;</u><br/> б) если это инвалид I группы инвалидности;<br/> в) мужчинам по достижении 55 лет, женщинам – 50 лет, если в последние 2 года они признавались инвалидами III группы.</p>   |
| 9.  | <p>Определение какого понятия приведено ниже: «...система и процесс полного или частичного восстановления способностей инвалидов к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности».</p> <p>а) социальной защиты инвалидов; б) <u>реабилитации</u>; в) адаптации; г) инвалидности.</p>   |
| 10. | <p>Для инвалидов I и II групп устанавливается</p> <p>а) <u>продолжительность рабочего времени не более 35 часов в неделю;</u><br/> б) ежегодный отпуск не более 24 рабочих дней;<br/> в) продолжительность рабочего времени не более 20 часов в неделю;<br/> г) ежегодный отпуск не более 20 рабочих дней.</p>   |
| 11. | <p>За счет каких средств создаются специальные рабочие места для лиц, получивших трудовое увечье или профессиональное заболевание на производстве</p> <p>а) за счет средств федерального бюджета;<br/> б) <u>за счет средств работодателей – причинителей вреда;</u><br/> в) за счет благотворительных фондов;<br/> г) за свой счет.</p>   |
| 12. | <p>Закончите высказывание: «<i>Общественные объединения инвалидов и организации, уставный капитал которых состоит из вкладов общественных объединений инвалидов ...</i>»:</p> <p>а) <u>освобождаются от квотирования рабочих мест;</u><br/> б) обязаны финансировать все пункты индивидуальной программы инвалидов, работающих у них;<br/> в) контролируют работу БМСЭ;<br/> г) контролируют работу ГБМСЭ.</p> |

***Примерные вопросы для промежуточной аттестации (зачета)***

- 1) Определение понятия «социальная защита инвалидов».
- 2) Структура социальной защиты инвалидов.
- 3) Нормативно-правовая база социальной защиты инвалидов в России.
- 4) Нормативно-правовая база социальной защиты инвалидов за рубежом.
- 5) Организационные принципы, цель и задачи социальной защиты инвалидов.
- 6) Понятие «инвалид» и «инвалидность».
- 7) Современная трактовка понятий «инвалидность» и «инвалид».

- 8) Понимание инвалидности. Модели инвалидности.
- 9) Современное состояние и структура (показатели) инвалидности.
- 10) Понятие «медико-социальной экспертизы».
- 11) Структура государственной службы медико-социальной экспертизы.
- 12) Задачи и функции учреждений медико-социальной экспертизы.
- 13) Права учреждений медико-социальной экспертизы (МСЭ).
- 14) Порядок направления на МСЭ, определение инвалидности и обжалование экспертных решений.
- 15) Классификация нарушений функций организма, ограничения жизнедеятельности и социальной недостаточности (международный опыт).
- 16) Современные критерии инвалидности.
- 17) Группы инвалидности (классификация).
- 18) Сроки установления инвалидности и порядок переосвидетельствования.
- 19) Категория «ребенок-инвалид»: порядок установления инвалидности.
- 20) Характеристики детской инвалидности.
- 21) Правовые аспекты материальной помощи и иных выплат инвалидам.
- 22) Понятие «социальной причины» инвалидности.
- 23) Виды социальных причин инвалидности.
- 24) Трудовое увечье и профессиональное заболевание: порядок определения и значение.
- 25) Инвалидность вследствие катастроф природного и техногенного характера.
- 26) Причины инвалидности у бывших военнослужащих.
- 27) Особенности пенсионного обеспечения и льгот бывших военнослужащих.
- 28) Реабилитация инвалидов: определение, цель, задачи.
- 29) Основные направления реабилитации и их краткая характеристика.
- 30) Принципы реабилитации инвалидов, их значение в организации реабилитационной помощи.
- 31) Индивидуальная программа реабилитации и абилитации инвалидов и детей - инвалидов (ИПРА) и ее значение в организации реабилитационной помощи инвалиду.
- 32) Порядок разработки и реализации ИПРА.
- 33) Медицинская реабилитация инвалидов: определение понятия, цель и задачи.
- 34) Значение медицинской реабилитации в системе реабилитации.
- 35) Основные формы и методы медицинской реабилитации.
- 36) Организация медицинской реабилитации: учреждения, специалисты.
- 37) Права и льготы инвалидов в медицинском обслуживании, лекарственном обеспечении и санаторно-курортном лечении.
- 38) Организация протезно-ортопедической помощи инвалидам: права, социальные гарантии.
- 39) Профессиональная реабилитация инвалидов: понятие и цели.
- 40) Основные этапы профессиональной реабилитации инвалидов.
- 41) Правовые основы и организация обеспечения занятости инвалидов.
- 42) Понятие квотирования рабочих мест.
- 43) Социальная реабилитация инвалидов: понятие, цель и задачи.
- 44) Основное содержание и формы социальной реабилитации.
- 45) Общественные организации инвалидов, их значение в системе реабилитации.
- 46) Понятие социальной интеграции инвалидов.
- 47) Физическая культура и спорт в системе реабилитации и социальной интеграции.
- 48) Основные направления консультативной помощи родителям детей-инвалидов.
- 49) Понятие «социального обеспечения» и его содержание.
- 50) Понятие «доступность среды жизнедеятельности инвалидов».

***Критерии оценивания ответа на зачете***

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

| Зачтено    | Не зачтено |
|------------|------------|
| 4-8 баллов | 0-4 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

**ОСНОВНАЯ:**

1. Анбрехт, Т. А. Социальная защита отдельных категорий граждан : учебное пособие для вузов / Т. А. Анбрехт. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06506-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455343>

2. Бегидов, М.В. Социальная защита инвалидов [Текст] : учебное пособие / М.В. Бегидов, Т.П. Бегидова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 97, [1] с.

3. Нагорнова, А. Ю. Теория и технология социальной работы с пожилыми людьми : учебное пособие для вузов / А. Ю. Нагорнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07367-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453794>

4. Солтан, П.М. Социальная защита инвалидов [Электронный ресурс] : учебное пособие / П.М. Солтан, О.А. Никулина, Ю.Ю. Вишнякова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 127 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Социальная работа : учебное пособие / Н.Ф. Басов, В.М. Басова, С.В. Бойцова и др. ; под ред. Н.Ф. Басова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018. - 352 с. : ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02424-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495835>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Актуальные проблемы трудового права и права социального обеспечения : учебное пособие / К.К. Гасанов, Е.В. Чупрова, Н.Д. Эриашвили и др. ; под ред. К.К. Гасанова. - Москва : Юнити-Дана, 2017. - 159 с. - (Magister). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-02922-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=473283>

2. Воронцова, М. В. Социальная защита и социальное обслуживание населения : учебник для вузов / М. В. Воронцова, В. Е. Макаров ; под редакцией М. В. Воронцовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 330 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13497-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/462502>

3. Евтушенко, И.В. Правоведение с основами семейного права и прав инвалидов : учебник / И.В. Евтушенко, В.В. Надвикова, В.И. Шкатулла ; под общ. ред. В.И. Шкатуллы. - Москва : Прометей, 2017. - 578 с. : табл. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 535-541. - ISBN 978-5-906879-51-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483188>

4. История социальной работы: документы и практикумы : учебник / авт.-сост. М.Н. Коньгина, Н.П. Клушина, Т.Ф. Маслова, В.С. Ткаченко и др. - Москва :

Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2019. - 552 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-01801-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496201>

5. Кононова, Л. И. Технология социальной работы : учебник для бакалавров / Л. И. Кононова, Е. И. Холостова ; ответственный редактор Л. И. Кононова, Е. И. Холостова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 503 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-2076-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/425248>

6. Павленок, П.Д. Технологии социальной работы с различными группами населения [Текст] : учебное пособие / П.Д. Павленок, М.Я. Руднева; под ред. П. Д. Павленка. - Москва : ИНФРА-М, 2012. - 271, [1] с.

7. Харченко, Л.В. Социальная защита инвалидов [Электронный ресурс] : [учебное пособие] / Л.В. Харченко; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2009. - 113 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

8. Холостова, Е.И. Социальная работа : учебник / Е.И. Холостова. - 3-е изд., стер. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2019. - 612 с. : ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-03284-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496199>

9. Юдина, С.С. Социальная защита инвалидов [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Юдина. - СПб. : [б. и.], 2009. - 91 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

#### **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля)**

• Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>

- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ

<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам

[http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))

- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**Рабочая программа дисциплины**

**«Этика в профессиональной деятельности»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-1.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности   | Формируемые компетенции |
|---|-------------------------|
| <b>Знания:</b>  |                         |
| - правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;                     | ПК-1                    |
| <b>Умения:</b>  |                         |
| - взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с учетом нравственных и деонтологических норм. | ПК-1                    |

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – зачет.

## 3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов |
|---|-------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | 8           |
| <b>В том числе:</b>                                       |             |
| Лекции  | 2           |
| Семинары  | 2           |
| Практические занятия                                      |             |
| Лабораторные работы                                       |             |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |
| Лекции  | 2           |
| Семинары  | 2           |
| Практические занятия                                      |             |
| Лабораторные работы                                       |             |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | зачет       |
| Самостоятельная работа (всего)                            | 2           |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b> |
|   | <b>10</b>   |

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| №  | Тема (раздел)                     | Содержание раздела  | Всего часов |
|----|-----------------------------------|---|-------------|
| 1. | «Этика профессионального общения» | Понятие об этике. Служебная этика и этикет. Деловая этика и этикет. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Этические проблемы допинга. Виды общения. Невербальные средства коммуникации. Противоречия, возникающие в процессе профессиональной деятельности. Понятие конфликта. Типология конфликта. Принципы и | 2           |

|    |   |   |           |
|----|---|---|-----------|
|    |   | методы управления конфликтом.   |           |
| 2. | «Особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре»  | Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре. Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика. Понятие о стрессе, дистрессе. Факторы, вызывающие стресс. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения. Основы саморегуляции | 4         |
| 3. | «Способы коммуникации с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья» | Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.  | 4         |
|    |   | <b>Всего часов:</b>   | <b>10</b> |

### Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):

#### **Лекция 1. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.**

Профессиональная этика специалиста в области адаптивной физической культуры и ее сущность. Личностные характеристики специалиста в области адаптивной физической культуры. Качества личности и их характеристика. Профессионально важные качества личности. Комплекс морально-личностных качеств. Психологическая устойчивость, интегративное качество «харди».

### Темы практических дистанционных занятий (2 часа):

#### **Практическое занятие №1. Эффективное профессиональное общение.**

*вопросы для обсуждения:*

1. Коммуникативные трудности с лицами пожилого и старшего возраста в процессе занятий адаптивной физической культурой.
2. Этические нормы общения с пожилыми людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

### **5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии)       | Индикаторы достижения  |
|--|--------------------------------------|--|
| <b>ПК-1</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. | A/01.5<br>A/02.5<br>A/03.5<br>A/04.5 | <i>Знает:</i><br>- правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;<br><i>Умеет:</i><br>- взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с учетом нравственных и деонтологических норм. |



**ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:**

Общение, как социально-психологический механизм взаимодействия в профессиональной деятельности. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.

Предполагается проведение письменного опроса по материалам лекций.

Вопросы:

- 1) Определение особенностей общения;
- 2) Определение задач общения;
- 3) Определение функций общения;
- 4) Определение основ профессионального общения;
- 5) Виды общения

- 1) Определение цели и задач общения;
- 2) Дать характеристику функциям профессионального общения;
- 3) Дать характеристику задачам профессионального общения;
- 4) Дать характеристику основам профессионального общения.
- 5) Виды общения

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ***Тестирование по теме «Основы этики»*

| КОД<br>ТЗ | Тестовое задание   |
|-----------|--|
| 1         | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Профессиональная этика имеет значение, прежде всего для профессий, объектом которых является ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) право</li> <li>2) государство</li> <li>3) <u>человек</u></li> <li>4) культура</li> </ol>   |
| 2         | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Традиции — это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) правила поведения, которые устанавливаются и охраняются государством.</li> <li>2) представляют собой правила поведения, которые устанавливаются самими общественными организациями и охраняются с помощью мер общественного воздействия, предусмотренных уставами этих организаций.</li> <li>3) духовно-нравственные правила человеческого общежития, основанные на представлении людей о Боге как творце мироздания.</li> <li>4) <u>наиболее обобщенные и стабильные правила поведения людей в том или ином обществе, которые выверены временем и длительно существуют.</u></li> </ol> |
| 3         | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Мораль определяется уровнем</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <u>общественного и индивидуального сознания</u></li> <li>2) технического развития</li> <li>3) благосостояния населения</li> <li>4) материальных потребностей населения</li> </ol>   |
| 4         | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Права — это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) представляют собой правила поведения, которые устанавливаются самими общественными организациями и охраняются с помощью мер общественного воздействия, предусмотренных уставами этих организаций.</li> <li>2) <u>правила поведения, которые устанавливаются и охраняются государством.</u></li> <li>3) духовно-нравственные правила человеческого общежития, основанные на представлении людей о Боге как творце мироздания.</li> </ol>  |

|    |   |
|----|---|
|    | 4) наиболее обобщенные и стабильные правила поведения людей в том или ином обществе, которые выверены временем и длительно существуют.  |
| 5  | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Социальные нормы, регулирующие поведение человека в обществе, его отношение к другим людям, к обществу и к себе, — это ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <u>моральные нормы</u></li> <li>2) корпоративные нормы</li> <li>3) коллизийные нормы</li> <li>4) правовые нормы</li> </ol>  |
| 6  | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Ритуалы — это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <u>правила поведения людей при совершении обрядов и форм деятельности.</u></li> <li>2) общепринятые и повторяющиеся формы поведения людей, которые служат средством передачи социального и культурного опыта от поколения к поколению.</li> <li>3) правила поведения, которые устанавливаются и охраняются государством.</li> <li>4) наиболее обобщенные и стабильные правила поведения людей в том или ином обществе, которые выверены временем и длительно существуют.</li> </ol>   |
| 7  | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>“Любовь к ближнему” - моральная норма этики:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) античной;</li> <li>2) конфуцианской;</li> <li>3) <u>христианской;</u></li> <li>4) ислама.</li> </ol>  |
| 8  | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Долг представляет собой:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <u>нравственную задачу, которую человек формулирует для себя сам на основании нравственных требований, обращенных ко всем.</u></li> <li>2) самооценивающее чувство, переживание, один из древнейших интимноличностных регуляторов поведения людей.</li> <li>3) категория этики, характеризующая личность с точки зрения выполнения ею нравственных требований, соответствия ее моральной деятельности нравственному долгу, рассматриваемого с позиций возможностей личности</li> <li>4) нравственная задача, которую человек формулирует для себя сам на основании нравственных требований, обращенных ко всем.</li> </ol>  |
| 9  | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Совесьть — это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) самооценивающее чувство, переживание, один из древнейших интимноличностных регуляторов поведения людей.</li> <li>2) нравственная задача, которую человек формулирует для себя сам на основании нравственных требований, обращенных ко всем.</li> <li>3) <u>категория этики, характеризующая способность человека осуществлять нравственный самоконтроль, внутреннюю самооценку с позиций соответствия своего поведения требованиям нравственности, самостоятельно формулировать для себя нравственные задачи и требовать от себя их выполнения.</u></li> <li>4) обязанность и необходимость давать отчет в своих действиях, поступках, отвечать за их возможные последствия</li> </ol> |
| 10 | <p><i>Выберете правильный ответ</i></p> <p>Ответственность — это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) выражение ответственности человека за свое поведение перед самим собой, форма самоутверждения личности.</li> <li>2) нравственную задачу, которую человек формулирует для себя сам на основании нравственных требований, обращенных ко всем.</li> </ol>  |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>3) категория этики, характеризующая личность с точки зрения выполнения ею нравственных требований, соответствия ее моральной деятельности нравственному долгу, рассматриваемого с позиций возможностей личности.</p> <p>4) <u>обязанность и необходимость давать отчет в своих действиях, поступках, отвечать за их возможные последствия.</u></p> |
|--|---|

#### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для зачета**

1. Понятие об этике.
2. Служебная этика и этикет.
3. Деловая этика и этикет.
4. Общение, как социально-психологический механизм взаимодействия. Виды общения.
5. Функции общения
6. Невербальные средства общения.
7. Интерактивный аспект общения.
8. Перцептивный аспект общения.
9. Кинесические особенности общения.
10. Проксемические особенности общения.
11. Паралингвистические особенности общения.
12. Техники слушания.
13. Активное слушание.
14. Особенности педагогического общения.
15. Уровни общения.
16. Коммуникативные умения педагога.
17. Нравственно-психологические аспекты отношений в коллективе.
18. Особенности отношений в коллективе.
19. Общие рекомендации по общению педагогу.
20. Общие закономерности аномального (нарушенного развития).
21. Понятие конфликта.
22. Типология конфликта.
23. Принципы и методы управления конфликтом.
24. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.
25. Понятие о «синдроме выгорания и его профилактика.
26. Понятие о стрессе, дистрессе.
27. Факторы вызывающие стресс.
28. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения.
29. Основы саморегуляции.
30. Коммуникативные трудности при умственной отсталости.
31. Особенности общения с лицами с умственной отсталостью.
32. Коммуникативные трудности при задержке психического развития (ЗПР).
33. Особенности общения с детьми с ЗПР.
34. Коммуникативные трудности при нарушениях слуха.
35. Особенности общения с лицами с нарушениями слуха.
36. Коммуникативные трудности при нарушениях зрения.
37. Особенности общения с лицами с нарушениями зрения.
38. Коммуникативные трудности при детском церебральном параличе (ДЦП).
39. Особенности общения с лицами с поражениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП).
40. Рекомендации по эффективному профессиональному общению.
41. Понятие о неблагоприятных психических состояниях в профессиональной деятельности.

42. Приемы профилактики и коррекции неблагоприятных психических состояний в профессиональной деятельности.
43. Типы поведения личности в конфликте.
44. Типы поведения участников конфликта и стратегия его разрешения
45. Понятие о «синдроме выгорания» и его профилактика.
46. Факторы профессионального выгорания.
47. Симптомы профессионального выгорания.
48. Аспекты профессионального выгорания.
49. Формы разрядки нервно-эмоционального напряжения.
50. Аутогенная тренировка как средство профилактики синдрома «выгорания».

**Критерии оценивания ответа на зачете**

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

| Зачтено    | Не зачтено |
|------------|------------|
| 4-8 баллов | 0-5 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**ОСНОВНАЯ:**

1. Александрова, З.А. Профессиональная этика : учебное пособие / З.А. Александрова, С.Б. Кондратьева ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : МПГУ, 2016. - 136 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0462-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469398>

2. Колмогорова, Н.В. Основы общей и профессиональной этики и этикет : учебное пособие / Н.В. Колмогорова; М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. – 276 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. Ягодин, В. В. Основы спортивной этики : учебное пособие для вузов / В. В. Ягодин ; под научной редакцией З. В. Сенук. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 113 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09548-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454921>

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебник / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова; под общ. ред. В. И. Криличевского. - Москва : Кнорус, 2018 [г. е. 2017]. - 285, [1] с.

2. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебное пособие. Часть 1 / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации. - СПб. : [б. и.], 2010. – 131 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

3. Белгородцева, Э.И. Основы педагогической и спортивной этики : учебное пособие. Часть 2 / Э.И. Белгородцева, Н.В. Кожевникова. - СПб. : [б. и.], 2010. – 155 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

4. Дусенко, С.В. Профессиональная этика и этикет : учебное пособие / С.В. Дусенко. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2012. - 223 с.

5. Ермакова, Ж. Профессиональная этика и этикет: практикум : учебное пособие / Ж. Ермакова, О. Тетерятник, Ю. Холодилина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет», Кафедра управления персоналом, сервиса и туризма. – Оренбург : ОГУ, 2013. – 104 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259114>

6. Кожевникова, Н.В. Основы педагогической и спортивной этики (семинарские и практические занятия) : учеб.-метод. пособие / Н.В. Кожевникова, Э.И. Белгородцева, И.П. Гомзякова. - СПб. : [б. и.], 2010. - 214 с.

7. Николаев, Н.Б. Философия спорта : учебное пособие / Н.Б. Николаев. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 98 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

8. Паралимпийский спорт: нормативное правовое и методическое регулирование / авт.-сост. А. В. Царик; [под общ. ред. П. А. Рожкова]. - М. : Сов. спорт, 2010.

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ

<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link)

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам

[http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link)

- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)

- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Психолого-педагогические основы  
адаптивной физической культуры  
(специальная психология и педагогика, психология болезни и  
инвалидности)»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - педагогические закономерности организации образовательного процесса;   | ПК-1                    |
| - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.   | ПК-2                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;   | ПК-1                    |
| - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;                            | ПК-2                    |
| - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;  | ПК-3                    |
| <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   | ПК-1                    |
| - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. | ПК-2                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: **зачёт**.

## 4. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  |             | Всего часов  |
|---|-------------|--------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           |             | 12           |
| <i>В том числе:</i>                                       |             |              |
| Лекции  |             | 4            |
| Семинары  |             |              |
| Практические занятия                                      |             | 4            |
| Лабораторные работы                                       |             |              |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |              |
| Лекции  |             | 2            |
| Семинары  |             | 2            |
| Практические занятия                                      |             |              |
| Лабораторные работы                                       |             |              |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 |             | <b>зачет</b> |
| Самостоятельная работа (всего)                            |             | <b>4</b>     |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>                             | <b>часы</b> | <b>16</b>    |

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема (раздел)  | Содержание раздела  | Всего часов |
|---|--|---|-------------|
| 1 | Тема 1.<br>Современное состояние специальной психологии в России. Отрасли современной специальной психологии. (Специальная психология) | Основные отрасли современной специальной психологии. Основы олигофрено-психологии. Умственная отсталость: причины, формы и методы диагностики. Задержка психического развития: причины, клиническая картина различных форм. Слабоумие (деменция). Особенности слабоумия при сосудистых и других различных заболеваниях головного мозга. Отграничение деменции от олигофрении и методы диагностики интеллектуальных расстройств. Основы тифло- и сурдопсихологии. Психология лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Психология лиц с выраженными речевыми расстройствами. Психология детей со сложными недостатками развития. Психология лиц с нарушениями социально-личностного развития, эмоционально-волевой сферы и поведения. Особенности нарушений поведения у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья (основы девиантологии и аддиктологии). | 6           |
| 2 | Тема 2.<br>Категориально-терминологический аппарат специальной педагогики. (Специальная педагогика).                                   | Проблемы компенсации, декомпенсации и коррекции психического развития в педагогическом процессе. Понятие «дети с ограниченными возможностями здоровья». Учение Л.С. Выготского о первичном дефекте и вторичных отклонениях в дизонтогенезе. Основные понятия специальной педагогики. Определение видов компенсаций. «Зона актуального развития» и «зона ближайшего развития» в трудах Л.С. Выготского, их значение для специальной педагогики.  | 6           |



|                     |  |   |           |
|---------------------|--|---|-----------|
|                     |  | Создание оптимальных условий для разностороннего развития детей в дошкольных и школьных образовательных организациях для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Законодательные акты и нормативные документы, регламентирующие деятельность дошкольных и школьных образовательных организаций для лиц с ОВЗ. Проблема отбора детей на основе психолого-медико-педагогической комиссии.   |           |
| 3                   | Тема 3.<br>Психология<br>болезни и<br>инвалидности | <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия «здоровье» и «болезнь»;</li> <li>- составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие;</li> <li>-закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления;</li> <li>-основные факторы, определяющие внутреннюю картину болезни</li> <li>-влияние болезненных процессов на психические функции человека;</li> <li>-основные понятия возрастной психологии (психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста);</li> <li>- психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации;</li> <li>- способы формирования у занимающихся установки на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</li> </ul> | 4         |
| <b>Итого часов:</b> |  |   | <b>16</b> |

#### **Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):**

Лекция № 1. Роль социальных факторов в формировании аддиктивного поведения при инвалидности. Методы психокоррекции лиц с ограниченными возможностями здоровья.

#### **Темы практических дистанционных занятий (2 часа):**

Практическое задание № 1. Основные методы психотерапии у пациентов с ограниченными возможностями здоровья.

#### **Темы практических очных занятий (4 часа):**

*Практическое задание № 1. (Специальная психология)*

Особенности развития детей с нарушениями анализаторных систем и опорно-двигательного аппарата. Общее психическое недоразвитие. Задержанное психическое развитие.

*Практическое задание № 2. (Специальная педагогика)*

Особенности организации процесса обучения и воспитания детей с сенсорными нарушениями.

#### **4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

| Компетенция | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|-------------|--------------------------------|-------------------------|
| ПК-1.       | Способен                       | А/01.5<br><i>Знает:</i> |

|  |               |  |
|--|---------------|--|
| <p>планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.</p>                               |               | <p>- педагогические закономерности организации образовательного процесса;<br/> <i>Умеет:</i><br/>         - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;<br/> <i>Имеет опыт:</i><br/>         - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.</p>   |
| <p>ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>                      | <p>А/01.5</p> | <p><i>Знает:</i><br/>         - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.<br/> <i>Умеет:</i><br/>         - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;<br/> <i>Имеет опыт:</i><br/>         - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.</p> |
| <p>ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.</p> | <p>А/03.5</p> | <p><i>Умеет:</i><br/>         - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</p>  |

## Типовые контрольные задания Тестирование

1. Самым распространенным подходом к пониманию явлений «нормо-патология» в специальной психологии признается:
  - частотный подход;
  - ролевой подход;
  - подход описательных критериев;
  - адаптационный подход.
2. Слабовидящими называют
  - лиц с нарушениями зрения, имеющих остроту зрения от 0,05 до 0,2 на лучше видящем глазу при использовании обычных средств коррекции;
  - лиц, у которых поле зрения сужено до 10-15°
  - лиц с нарушениями зрения, имеющих остроту зрения от 0,1 до 0,5 на лучше видящем глазу при использовании обычных средств коррекции;
  - лиц с нарушениями зрения, у которых полностью отсутствуют зрительные ощущения или имеется остаточное зрение (до 0,04 на лучше видящем глазу при использовании обычных средств коррекции).
3. Тугоухость – это
  - стойкое нарушение слуха, при котором возможно самостоятельное накопление минимального речевого запаса на основе сохранившихся остатков слуха, восприятие обращенной речи на близком расстоянии от уха;
  - стойкое нарушение слуха невыясненной этиологии;
  - стойкая потеря слуха, при которой невозможно самостоятельное овладение речью и разборчивое восприятие речи даже на близком расстоянии от уха;
  - стойкое нарушение слуха, при котором невозможно самостоятельное накопление минимального речевого запаса на основе сохранившихся остатков слуха, восприятие обращенной речи на близком расстоянии от уха.
4. Согласно классификации В.В.Лебединского дети с нарушенными анализаторными системами относятся к группе
  - дефицитарного развития;
  - общего стойкого недоразвития;
  - асинхроний;
  - дисфункции созревания.
5. Раздел специальной психологии, предполагающий изучение особенностей психического развития лиц с нарушениями зрения, это -
  - тифлопсихология;
  - логопсихология;
  - сурдопсихология;
  - олигофренопсихология.
6. Отбор детей с отклонениями в развитии во все типы и виды образовательных учреждений осуществляет:
  - психолого-медико-педагогическая комиссия
  - психолого-медико-педагогическая консультация
  - психолог и педагог-дефектолог
  - невролог
7. Основная цель учебно-воспитательного процесса специальной школы
  - адаптация ребенка в обществе, привлечение его к трудовой деятельности;
  - свести до минимума возможную опасность, которую могут создать аномальные лица обществу;
  - научить ребенка элементарным навыкам обслуживания

- привлечение ребенка к трудовой деятельности;

8. К основным формам коррекционно-развивающего обучения относятся...

- индивидуально-групповые (подгрупповые) занятия
- групповые занятия
- фронтальные занятия
- индивидуальные занятия

9. К общепедагогическим принципам, используемым в специальной педагогике, не относится:

- принцип ранней педагогической помощи
- принцип гуманистической направленности педагогического процесса
- принцип целостности и системности педагогического процесса
- принцип опоры на положительное в человеке

10. Ведущие тенденции в предупреждении и преодолении нарушений в развитии детей и подростков выявил:

- Л.С. Выготский
- Л.И. Божович
- П.Я. Гальперин
- И.П. Павлов

11. Ипохондрический тип отношения к болезни характеризуется:

- адекватным отношением к болезни при отсутствии преувеличения наблюдаемых симптомов и синдромов;
- отрицательным отношением к болезни, вплоть до ее полного отрицания;
- чрезмерной фиксацией на симптомах болезни и возможных осложнениях;
- душевной ранимостью, беспокойством возможного негативного влияния своей болезни на окружающих.

12. Активное отбрасывание мыслей о болезни, о возможных ее последствиях характерно для:

- а) анозогнозического типа отношения к болезни;
- б) тревожного типа отношения к болезни;
- в) ипохондрического типа отношения к болезни;
- г) неврастенического типа отношения к болезни.

13. Построение планов на будущее без адекватного понимания своего дефекта и неспособности жить как раньше характерно для стадии:

- а) агрессии
- б) принятия ситуации
- в) неприятия ситуации
- г) гипотимии

14. Желание возобновить трудовую деятельность, выработать новые трудовые навыки применительно к своему состоянию характерно для стадии:

- а) агрессии
- б) принятия ситуации
- в) неприятия ситуации
- г) гипотимии

15. Механизм психологической защиты, проявляющийся в том, что лицо с ограниченными возможностями здоровья пытается ослабить сенсорный поток в направлении ограничения психотравмирующей его информации:

- а) проекция;
- б) вытеснение;
- в) отрицание;
- г) замещение.

16. Психологический механизм, связанный с исключением из сознания психотравмирующей ситуации.

- а) рационализация;
- б) вытеснение;
- в) отрицание;
- г) замещение.

17. Проекция – это:

- а) бессознательный перенос на другой объект собственных эмоций, желаний, в которых пациент не хотел бы себе сознаться;
- б) обманное объяснение человеком происходящих или уже случившихся событий;
- в) замена недостижимого достижимым;
- г) замена одного вида деятельности другим.

18. Проблемно-фокусированный копинг (Problem-focused coping) направлен на:

- а) поиск социальной поддержки;
- б) разрешение основной проблемы;
- в) уход от решения вопросов, возникших в связи с психотравмирующей ситуацией;
- г) на изменение ситуации, принятие «желаемого за действительное».

19. От суицидных действий детей защищают:

- а) незрелость самосознания, понятия о смерти;
- б) отсутствие «антисуицидального барьера»;
- в) не типичность депрессивных состояний;
- г) страх осуждения.

20. Разъяснение пациенту психопатологических механизмов его болезненных симптомов и закономерностей неадекватных поведенческих реакций характерно для:

- а) индивидуальной психотерапии;
- б) психоанализа;
- в) рациональной психотерапии;
- г) наркоанализа.

***Перечень вопросов для промежуточной аттестации:***

1. Общие и специфические закономерности отклоняющегося развития.
2. Методы специальной психологии и их особенности.
3. Причины возникновения нарушений в развитии у детей.
4. Роль и значение теорий Л.С. Выготского в становлении отечественной специальной психологии.
5. Понятие о дефекте и его структуре.
6. Механизмы возникновения вторичных нарушений.
7. Общая характеристика основных видов дизонтогенеза.
8. Компенсаторные процессы, их функции, генезис и структура.
9. Компенсация, декомпенсация, псевдокомпенсация.
10. Понятие адаптации и дезадаптации.
11. Абилитация и реабилитация.
12. Явление депривации и ее виды.
13. Классификации отклонений в развитии.
14. Понятие о коррекции вторичных отклонений.
15. Проблема личности в специальной психологии.
16. Проблемы социально-трудовой адаптации и интеграции лиц с отклонениями в развитии.
17. Психологические проблемы семейного воспитания детей с отклонениями в развитии.
18. Своеобразие социальной ситуации развития детей с ограниченными возможностями.

19. Психологические проблемы интегрированного обучения детей, имеющих особенности развития.
20. Особенности развития разных форм деятельности у детей с отклонениями в развитии.
21. Охарактеризуйте понятия здоровье и болезнь.
22. Перечислите критерии физического и психического здоровья.
23. Как могут изменяться психические функции при болезненных процессах?
24. Перечислите основные факторы, оказывающие влияние на внутреннюю картину болезни.
25. Какова роль социальных факторов в формировании внутренней картины болезни?
26. Перечислите психологические компоненты формирования внутренней картины болезни.
27. Перечислите типы отношения к болезни и определяющие ее внутреннюю картину.
28. Перечислите критерии инвалидности.
29. Охарактеризуйте понятие стигматизации.
30. Какие психосоматические и психические расстройства могут возникать при инвалидизации?
31. Особенности коррекционно-воспитательной работы с детьми с РДА.
32. Особенности работы с детьми, имеющими сложные нарушения развития (сочетанные патологии).
33. Игра и ее роль в психическом развитии дошкольника с нарушениями развития (на примере одной нозологической группы).
34. Дополнительные формы образования детей с проблемами в развитии: семейное обучение, обучение на дому, дистанционное обучение.
35. Системы работы с детьми с отклонениями в развитии: традиционные и альтернативные.
36. Особенности учебной деятельности детей с нарушениями в развитии (на примере одной из нозологий).
37. Понятие о сопровождении в системе специального образования.
38. Особенности социально-трудовой адаптации молодых людей, имеющих особенности здоровья.
39. Особенности развития личности подростка, имеющего нарушения в развитии.
40. Особенности межличностного общения лиц с особенностями здоровья (на примере одной из нозологий).
41. Особенности детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями.
42. Понятие о неадекватных воспитательных стилях и их педагогической коррекции.
43. Системы обучения и воспитания слепоглухих детей.
44. Особенности педагогической работы с умственно отсталым глухим ребенком.
45. Особенности педагогической работы с умственно отсталым слепым ребенком.
46. Особенности физического воспитания детей с нарушениями в развитии (на примере одной из нозологий).
47. Развитие двигательных функций и воспитание навыков самообслуживания у детей с ДЦП.
48. Особенности работы специального педагога с ребенком с нарушением ОДА.

49. Психолого-педагогическая характеристика глухих детей и особенности работы с ними.

50. Психолого-педагогическая характеристика слепых детей и особенности работы с ними.

**Критерии оценивания ответа на зачете**

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 3 балла - частично – 2 балл - отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 3 балла

частично – 2 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

| Зачтено    | Не зачтено |
|------------|------------|
| 4-8 баллов | 0-8 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**, необходимый для освоения дисциплины:

**ОСНОВНАЯ:**

1. Захарова, Н.Л. Специальная психология : учебное пособие / Н.Л. Захарова ; Технологический университет. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 39 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572199>

2. Колесникова, Г. И. Специальная психология и специальная педагогика. Психокоррекция нарушений развития : учебное пособие для вузов / Г. И. Колесникова. — 2-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 215 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06551-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452045>

3. Чиркова, Ю. В. Специальная психология. Тест детской апперцепции в диагностике психологической защиты : учебное пособие для вузов / Ю. В. Чиркова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 163 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05558-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454482>

4. Колчев, А.И. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / А.И. Колчев, А.В. Шевцов, Б.Б. Ершов; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2018. - 94 с.

5. Кузнецова, Ж.В. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / Ж.В. Кузнецова; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 168 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Поддубный, С.К. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / С.К. Поддубный, С.Г. Куртев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 247 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483423>

7. Родыгина, Ю.К. Клиническая психология : учебное пособие / Ю.К. Родыгина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 128 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Колосова, Т. А. Психология детей с нарушением интеллекта : учебное пособие для вузов / Т. А. Колосова, Д. Н. Исаев ; под общей редакцией Д. Н. Исаева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11243-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454481>

2. Коган, О.С. Особенности психологии болезни и инвалидности : научное издание / О.С. Коган, С.Д. Галиуллина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Уфимский государственный университет экономики и сервиса" (УГУЭС), Кафедра «История, психология и др. – Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. – 72 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445135>

3. Колесник, Н.Т. Клиническая психология : учебник / Н.Т. Колесник, Е.А. Орлова; под ред. Г. И. Ефремовой. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 359 с. : ил.

4. Глухов, В. П. Специальная педагогика и специальная психология : учебник для вузов / В. П. Глухов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 323 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13096-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449171>

5. Колесникова, Г. И. Специальная психология и специальная педагогика : учебное пособие для вузов / Г. И. Колесникова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06814-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452043>

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ

<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)

- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором. Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.



**Рабочая программа дисциплины**

**«Частные методики адаптивной физической культуры»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

**ПК-3.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;   | ПК-2                    |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-3                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;   | ПК-2                    |
| - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;   | ПК-3                    |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. | ПК-2                    |
| - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   | ПК-3                    |

## 2) МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – экзамен.

## 3) ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов |
|---|-------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>14</b>   |
| <b>В том числе:</b>                                       |             |
| Лекции  | <b>4</b>    |
| Семинары  | 4           |
| Практические занятия                                      |             |
| Лабораторные работы                                       |             |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |
| Лекции  | <b>2</b>    |

|   |             |                |
|---|-------------|----------------|
| Семинары                                  |             | <b>4</b>       |
| Практические занятия                      |             |                |
| Лабораторные работы                       |             |                |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) |             | <b>экзамен</b> |
| Самостоятельная работа (всего)            |             | <b>4</b>       |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>             | <b>часы</b> | <b>18</b>      |

#### 4) СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема (раздел)  | Содержание раздела   | Всего часов |
|---|--|--|-------------|
| 1 | Методика адаптивной физической культуры детей с сенсорными нарушениями                 | Особенности методики обучения двигательным действиям детей с депривацией зрения.<br>Формы повышения двигательной активности у детей с депривацией зрения.<br>Особенности обучения плаванию детей с депривацией зрения.<br>Современные методы исследования слуха, действующие классификации нарушений слуха.<br>Особенности проведения уроков по адаптивному физическому воспитанию для детей с нарушением слуха.<br>Особенности развития физических способностей у детей школьного возраста с нарушением слуха.<br>Формы общения людей с нарушением слуха. | 2           |
| 2 | Адаптивное физическое воспитание детей со сложными (комплексными) нарушениями развития | Современное понимание сущности сложного нарушения развития у детей.<br>Медико-психолого-педагогическая характеристика детей со сложными нарушениями развития.<br>Организация учебно-воспитательного процесса с детьми со сложными нарушениями развития в условиях образовательного учреждения.   | 2           |
| 3 | Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением речи                        | Анатомо-физиологические механизмы формирования речи. Основные нарушения речи и звукопроизношения.<br>Внеурочные формы занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения речи.  | 2           |
| 4 | Методика адаптивной физической культуры для детей с интеллектуальными нарушениями.     | Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей.<br>Характеристика структуры и проявлений основного дефекта.<br>Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом.<br>Конкретизация задач адаптивного физического воспитания в соответствии с особенностями психофизического развития детей с нарушениями интеллекта.<br>Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с                   | 2           |

|                     |   |   |           |
|---------------------|---|---|-----------|
|                     |   | нарушениями интеллекта.<br>Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения).   |           |
| 5                   | Методика адаптивной физической культуры для детей с <b>детским церебральным параличом</b>                     | Общая характеристика заболевания детский церебральный паралич.<br>Задачи, средства, методы физической реабилитации детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция двигательных нарушений детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция психических нарушений детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция сенсорных нарушений у детей с детским церебральным параличом.<br>Особенности построения и содержания коррекционных занятий лечебной физической культурой у детей с детским церебральным параличом. | 2         |
| 6                   | Методика адаптивной физической культуры детей при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей | Анатомо-функциональные особенности опорно-двигательного аппарата детей.<br>Методика подготовки детей к протезированию конечностей средствами адаптивной физической культуры.<br>Оптимизация двигательной активности детей с врожденными пороками развития и после ампутации конечностей (применение подвижных игр, занятий на тренажерах, лечебного плавания).  | 4         |
| 7                   | Реабилитация лиц с поражением спинного мозга в домашних условиях  | Методика двигательной самореабилитации в домашних условиях.<br>Оценка и контроль эффективности самореабилитации в домашних условиях.<br>Технические средства реабилитации лиц с поражением спинного мозга в домашних условиях.  | 2         |
| 8                   | Особенности работы с родителями детей-инвалидов.  | Основные индивидуально-личностные проблемы родителей детей-инвалидов.<br>Специфика психолого-педагогической помощи семьям, воспитывающим детей с особенностями в развитии.  | 2         |
| <b>Итого часов:</b> |   |   | <b>18</b> |

#### **Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):**

*Лекция 1.* Базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры. Медико-психолого-педагогическая характеристика детей с депривацией зрения. Анатомо-физиологические особенности детей с нарушением слуха. Причины стойких нарушений слуха.

#### **Темы практических дистанционных занятий (4 часа):**

*Практическое занятие №1.* Основные направления развития и коррекции двигательных и психических нарушений у детей с нарушением речи. Основные принципы логопедической работы.

### 5) ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии)      | Индикаторы достижения   |
|--|-------------------------------------|---|
| <p><b>ПК-2.</b> Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>       | <p>A/01.5<br/>A/03.5</p>            | <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;</li> <li>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.</li> </ul> |
| <p><b>ПК- 3.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов</p> | <p>A/01.5<br/>A/02.5<br/>A/04.5</p> | <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.</li> </ul>   |

**ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:****Устный опрос.**

«Мир глазами ребенка с интеллектуальными нарушениями»

Необходимо представить себе трудности социализации и адаптации ребенка с интеллектуальными нарушениями к жизни в обществе здоровых людей. Его чувства, мысли, стремления и возможные реакции окружающих и переживания ребенка с интеллектуальными нарушениями. Отразить опыт общения с лицами, имеющими нарушения интеллекта (если имеется). Возможно исполнение в форме эссе от лица ребенка.

**Критерии оценки:**

2 балла – Изложение материала лекций своими словами, краткие заключения.

3 балла – Изложение взгляда на проблему со стороны третьего лица, отвечающего на вопрос: «Особенности ребенка с нарушением интеллекта»

4 балла – Изложение собственного взгляда на поставленный вопрос, наличие постановки проблемной ситуации с незначительной опорой при ответе на лекционный материал.

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

**Тестирование 1** по вопросу «Основные понятия частных методик адаптивной физической культуры».

Тестовые задания включают в себя 10 вопросов по заданной теме, количество вариантов – 2. Время проведения тестирования – 10 минут.

**Критерии оценки уровня знаний по текущему контролю:**

1 балл – за 2 правильных ответа из 10 вопросов;

2 балла – за 3 правильных ответа из 10 вопросов;

3 балла – за 10 правильных ответов и более.

| №  | Тестовое задание  |
|----|---|
|    | <i>Выберите правильный вариант ответа:</i>  |
| 1. | В каких учреждениях образования обучаются и воспитываются детей с нарушениями в развитии?<br>В социально-реабилитационных центрах<br>В специальных школах<br>В общеобразовательных школах<br>4. В специальных (коррекционных) образовательных учреждениях |
| 2. | К типичным нарушениям сенсорной системы относятся нарушения:<br>1. Нарушение зрения и слуха<br>2. Нарушение опорно-двигательного аппарата<br>3. Нарушение слуха и интеллекта<br>4. Нарушение зрения и интеллекта  |
|    | <i>Исключите неверный ответ:</i>  |
| 3. | Основные формы организации адаптивной физической культуры детей с нарушениями в развитии в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях<br>Урочная<br>Неурочная<br>Тренировочные занятия<br>Индивидуальная                                     |
| 4. | К зрительным дисфункциям у детей школьного возраста не относится:<br>1. Миопия<br>2. Эхопраксия<br>3. Гиперметропия   |

|     |   |
|-----|---|
|     | 4. Нистагм  |
|     | <i>Определение, какого понятия приведено ниже:</i>  |
| 5.  | «...это система мероприятий по раннему вмешательству в процесс развития «особого» ребенка с целью достижения его максимальной приспособленности к внешним условиям существования с учетом индивидуальных особенностей имеющих нарушения»<br>1. Компенсация<br>2. Реабилитация<br>3. Коррекция<br>4. Абилизация  |
| 6.  | <i>Выберите правильный вариант ответа:</i><br>В каком виде спортивной игры принимают участие только незрячие спортсмены?:<br>1. Волейбол сидя<br>2. Баскетбол<br>3. Голбол<br>4. Бадминтон  |
| 7.  | <i>Исключите неверный ответ</i><br>К специфическим методам обучения относятся:<br>Дидактические методы обучения<br>Метод физического сопровождения<br>Методы коррекционного воздействия<br>Модифицированные методы обучения   |
| 8.  | <i>Выберите правильный вариант ответа:</i><br>Под жизненно необходимыми умениями подразумевается:<br>(предполагается два правильных ответа)<br>1. Основные движения<br>2. Ходьба, бег<br>3. Навыки пространственной ориентировки<br>4. Умение работать с мячом  |
| 9.  | <i>Выберите правильный вариант ответа:</i><br>Какой термин характеризует коррекционную направленность адаптивного физического воспитания?<br>1. Реабилитация<br>2. Компетентность<br>3. Самореализация<br>4. Абилизация   |
| 10. | <i>Выберите правильный вариант ответа</i><br>Что такое глухота?:<br>1. Это стойкая потеря слуха, при которой возможно самостоятельное овладение речью и разборчивое воспроизведение речи, даже на самом дальнем расстоянии от уха, при этом сохраняются остатки слуха, позволяющие воспринимать громкие речевые звуки, либо не речевые, но на очень близком расстоянии, громкость более 80 Дб;<br>2. Это стойкая потеря слуха, при которой не возможно самостоятельное овладение речью и разборчивое воспроизведение речи, даже на самом близком расстоянии от уха, при этом сохраняются остатки слуха, позволяющие воспринимать громкие не речевые звуки, либо речевые, но на очень близком расстоянии, громкость более 80 Дб;<br>3. Это стойкая потеря слуха, при которой не возможно самостоятельное овладение речью и разборчивое воспроизведение речи, даже на самом близком расстоянии от уха, при этом сохраняются остатки слуха, позволяющие воспринимать не громкие не речевые звуки, либо речевые, но на очень близком расстоянии, громкость более 80 Дб;<br>4. Это тотальная потеря слуха. |
| 11. | <i>Выберите правильный вариант ответа</i>   |

|     |   |
|-----|---|
|     | <p>Что такое тугоухость?:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Это стойкое понижение слуха, при котором возможно самостоятельное накопление речевого минимального запаса на основе сохранившихся остатков слуха;</li> <li>2. Это стойкое понижение слуха, при котором не возможно самостоятельное накопление минимального речевого запаса на основе сохранившихся остатков слуха;</li> <li>3. Это стойкое понижение слух, при котором возможно самостоятельное накопление минимального речевого запаса на основе сохранившихся остатков слуха;</li> <li>4. Это слабослышание.</li> </ol> |
| 12. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p>Стойкие нарушения слуха у детей могут быть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Врожденными;</li> <li>2. Приобретенными;</li> <li>3. Врожденными и приобретенными</li> <li>4. В результате травмы</li> </ol>  |
| 13. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p>В каком возрастном периоде у детей дошкольного возраста отмечается наибольший прирост показателей физических качеств:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. С 3 до 5;</li> <li>2. С 4 до 7;</li> <li>3. С 4 до 6;</li> <li>4. С 3 до 6.</li> </ol>  |
| 14. | <p><i>Определение, какого понятия приведено ниже:</i></p> <p>«.....позднее начало речи, замедленный темп, своеобразный ход её развития, недостаточность фонематического восприятия и лексико-грамматической стороны речи»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общее недоразвитие речи</li> <li>2. Тяжелые нарушения речи</li> <li>3. Задержка психического развития</li> <li>4. Нарушение слуха</li> </ol>  |
| 15. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p>Сколько уровней речевого развития выделены у детей с нарушением речи в зависимости от выраженности речевого дефекта?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2 уровня развития</li> <li>2. 3 уровня развития</li> <li>3. 4 уровня развития</li> <li>4. 5 уровней развития</li> </ol>  |

### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для экзамена**

1. Охарактеризуйте особенности физического развития детей со зрительной депривацией.
2. Охарактеризуйте особенности психического развития детей с нарушением зрения.
3. Перечислите противопоказания, предусматривающиеся при регулировании физической нагрузки детей школьного возраста с нарушением зрения.
4. При каких офтальмологических заболеваниях предусмотрены противопоказания, и к каким видам физических упражнений?
5. Перечислите методы и методические приемы обучения детей с депривацией зрения двигательным действиям.
6. Какие сохраненные функции необходимо развивать у незрячих и слабовидящих детей на уроках физического воспитания?
7. В чем заключаются особенности обучения незрячих детей плаванию?
8. Перечислите формы повышения двигательной активности детей с депривацией зрения.
9. Перечислите условия предупреждения травматизма в процессе занятий физическими упражнениями.



10. Раскройте разницу методики обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих детей.
11. Раскройте особенности организации занятий детей с сочетанной патологией (нарушение зрения и интеллекта).
12. Охарактеризуйте особенности пространственной ориентировки незрячих в процессе занятий на лыжах.
13. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства, быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей со зрительной депривацией.
14. Раскройте особенности психофизического и двигательного развития детей с депривацией слуха.
15. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих школьников.
16. Раскройте взаимосвязь слуха, речи и движения.
17. Перечислите основные средства коррекции, компенсации, развития внимания и двигательной и зрительной памяти на уроках адаптивного физического воспитания с детьми, имеющими нарушения слуха.
18. Перечислите вербальные и наглядные методы обучения двигательным действиям.
19. Перечислите виды спорта, входящие в летние сурдлимпийские игры.
20. Перечислите виды спорта, входящие в зимние сурдлимпийские игры.
21. Перечислите основные противопоказания к занятиям физической культурой у детей с нарушением слуха.
22. Назовите способы регулирования физической и эмоционально-психической нагрузки на уроках физической культуры.
23. Перечислите сенситивные периоды развития физических качеств в динамике возрастного развития детей с нарушением слуха.
24. Какие методы развития физических способностей применяются на уроках физической культурой с детьми, имеющими нарушения слуха?
25. Особенности обучения плаванию детей с нарушением слуха.
26. Дайте характеристику средств физической культуры для детей с интеллектуальными нарушениями.
27. В чем состоят особенности обучения двигательным действиям детей с интеллектуальными нарушениями?
28. Раскройте специфические особенности методики развития координационных способностей детей с интеллектуальными нарушениями.
29. В чем состоят особенности воспитания интеллектуальными нарушениями ребенка?
30. Охарактеризуйте основные нарушения в технике ходьбы и бега ребенка с интеллектуальными нарушениями и раскройте методические приемы их коррекции.
31. Основные направления коррекции вторичных нарушений. Какими приемами корригируются нарушения осанки и телосложения?
32. Раскройте роль подвижных игр для детей с интеллектуальными нарушениями.
33. Раскройте особенности организации и проведения спортивно-массовых мероприятий для лиц с нарушениями интеллекта.
34. Особенности физического развития, физической подготовленности, состояния сохраненных функций у детей с нарушением интеллекта.
35. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям школьников с нарушением интеллекта.
36. Особенности психических процессов детей с умственной отсталостью (представлений, мышления, памяти, речи, эмоционально-волевой сферы).
37. Общая характеристика и классификация основных форм ДЦП

38. Особенности реализации принципа дифференциации и индивидуализации в процессе адаптивного физического воспитания
39. Методы восстановительного лечения детей с ДЦП (Бобата, Войта, Бортфельда, Семеновой).
40. Технические устройства для лечения и обеспечения мобильности детей с ДЦП. Лечебно-нагрузочные костюмы и особенности их применения.
41. Двигательный статус ребенка при ДЦП.
42. Особенности коррекции двигательных нарушений у детей при атонически-астатических формах ДЦП.
43. Коррекция дыхательной и сердечно-сосудистой систем у детей с последствиями ДЦП.
44. Особенности развития и коррекции координационных способностей у детей с последствиями ДЦП.
45. Назовите отличительные особенности детских культур.
46. Какие изменения после ампутации происходят в усеченной и сохранной конечности?
47. Расскажите об изменениях в скелете усеченной верхней конечности после ампутации?
48. Перечислите наиболее распространенные аномалии развития нижних конечностей.
49. Дайте краткую характеристику изменений в опорно-двигательном аппарате при врожденных дефектах верхних конечностей.
50. Какие формы занятий физическими упражнениями используются при работе с детьми дошкольного и школьного возраста, имеющими дефекты конечностей?
51. Методика занятий с использованием отягощений для детей и подростков с дефектами верхних и нижних конечностей.
52. Методика занятий на специальных тренажерах для детей и подростков в процессе двигательной реабилитации.
53. Методика обучения плаванию и физическим упражнениям в воде детей с дефектами конечностей.
54. Использование спортивных игр (футбол на костылях, волейбол сидя на полу, баскетбол в колясках и др.) как средства физической и психической, социальной адаптации подростков и юношей с дефектами конечностей.

#### Критерии оценивания обучающегося на экзамене

| Оценка              | Критерии   |
|---------------------|--|
| «отлично»           | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. |
| «хорошо»            | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.  |
| «удовлетворительно» | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении   |

|                           |   |
|---------------------------|---|
|                           | теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.  |
| «неудовлетв<br>орительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя. |

Итоговая оценка по дисциплине «Частные методики адаптивной физической культуры» формируется с учетом результатов текущего и промежуточного контролей.

Форма проведения промежуточной аттестации: *экзамен*.

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

необходимой для освоения дисциплины

### Рекомендуемая литературы (основная)

1. Частные методики адаптивной физической культуры : [учебник] / [под ред. Л.В. Шапковой]. - М. : Советский спорт, 2007. - 608 с. : ил. - (Физ. культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - Гриф: Допущено Федеральным агентством по физ. культуре и спорту.

2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс]: учебное пособие/ С.П. Евсеев [и др.].— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2014.— 304 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766>.— ЭБС «IPRbooks»

3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 616 С. : ил.

4. Рачицкая, А.И. Адаптивная физическая культура детей с церебральным параличом [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / А. И. Рачицкая ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. - 95 с. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры

### Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Евсеева, О.Э. Адаптивная физическая культура в геронтологии : учебное пособие [Электронный ресурс] / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. - М. : Советский спорт, 2010. - 83 с. - ISBN 978-5-9718-0461-1. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57713>

2. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / Л. Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Библиогр. в конце гл.

3. Современные проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры / под ред. А.И. Навойчик, А.И. Шпаков, А.М. Полешук. - М. :Директ-Медиа, 2013. - 122 с. - ISBN 978-5-4458-2201-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135304>

4. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст] : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил. - Гриф Федер. агентства по физ. культуре и спорту.

5. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с. - Гриф: Доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту.

6. Ладыгина, Е.Б. Частные методики адаптивной физической культуры для лиц пожилого и старшего возраста [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Е. Б. Ладыгина, О. Э. Евсеева, А. В. Антонова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2010. – 119с.- 1 электрон.опт. диск (DVD-R) : ил. - Библиогр.: с. 108-117.

7. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред.Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил. - (Физ. культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - Гриф Федер. агентства по физ. культуре и спорту.

8. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Текст] : учебное пособие / С. П. Евсеев [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ.ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.

9. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 392 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40821>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

**6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины.**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы. Приборы: Динамометр. Тонометры. Фонендоскопы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Технологии физкультурно-спортивной деятельности»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний

**ПК-3.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов

**ПК-4.** Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Вид промежуточной аттестации - *экзамен*.

## 3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  |             | Всего часов |
|---|-------------|-------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           |             | 12          |
| <i>В том числе:</i>                                       |             |             |
| Лекции  |             | 4           |
| Семинары  |             | 2           |
| Практические занятия                                      |             |             |
| Лабораторные работы                                       |             |             |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |             |
| Лекции  |             | 4           |
| Семинары  |             | 2           |
| Практические занятия                                      |             |             |
| Лабораторные работы                                       |             |             |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 |             | экзамен     |
| Самостоятельная работа (всего)                            |             | 4           |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b> | <b>16</b>   |

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| №  | Тема (раздел)   | Содержание раздела  | Всего часов |
|----|---|---|-------------|
| 1. | Теоретико-методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуре. | Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина.<br>Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности.                                | 2           |
| 2. | Гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.   | Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.<br>Аэробика как вид двигательной активности.<br>Адаптивное направление аэробики.<br>История возникновения и развития аэробики. | 4           |

|    |   |   |   |
|----|---|---|---|
|    |   | Классификации аэробики. Структура и содержание занятий аэробикой. Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом. Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой. Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры. Стретчинг в адаптивной физической культуре. Калланетика-система физических упражнений Каллан Пинкни. |   |
| 3. | Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья - гидрореабилитация               | Аква-фитнес в адаптивной физической культуре. Гидрореабилитация как педагогический процесс.   | 2 |
| 4. | Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре.                           | Социальная сущность и значение игры<br>Подбор и моделирование игр в адаптивной физической культуре. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии  | 2 |
| 5  | Национальные спортивные и оздоровительные технологии                                      | Методика организации и проведения игры в дартс. Методика организации и обучения игры в мини-футбол. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол   |   |
| 6. | Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности | Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, моделирующие ограничения движений.<br>Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности, проводимые совместно со спортсменами-инвалидами.<br>Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности в радиальном баскетболе (питербаскете).   | 2 |
| 7. | Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья   | Детский церебральный паралич и туризм;<br>Противопоказания для участия в туристических мероприятиях;<br>Организация туристских походов с учетом нозологии; Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для пожилых людей и инвалидов; Тактика передвижения группы с ограниченными возможностями здоровья на спортивном маршруте. Спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с лицами, имеющими ограниченные возможности.   | 2 |



|               |   |   |   |
|---------------|---|---|---|
| 8.            | Нетрадиционные оздоровительные технологии | <p>Психогимнастика в адаптивной физической культуре. Антистрессовая пластическая гимнастика (АПГ). Оздоровительная славянская система целостного движения. Физическая культура личности и двигательная пластика индивида. Танцевальная терапия в АФК. Коррекция и профилактика нарушений функций зрительного анализатора. Самореабилитация при травмах спинного мозга в домашних условиях. Основы ментального тренинга. Метод формокоррекционной ритмопластики. Программа “Отражение”.</p> <p>Метод лечебной релаксационной пластики (РЛП). Оздоровительная система М. Норбекова. Система психосоматической саморегуляции. Верховая езда в коррекционной, реабилитационной и рекреационной работе с лицами, имеющими ограниченные возможности, включая инвалидов.</p> | 2 |
| <b>Итого:</b> |   | <b>16</b>   |   |

#### Темы лекций дистанционного обучения:

*Лекция 1.* Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специоборудования инвентаря.

#### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения  |
|--|--------------------------------|--|
| ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний | А/02.5                         | <p><i>Знает:</i> - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения;</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и</li> </ul> |

|  |               |  |
|--|---------------|--|
| <p>ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.</p> | <p>A/04.5</p> | <p>патогенеза заболеваний.</p> <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков;</li> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;</li> </ul> |
| <p>ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания</p>                                | <p>A/02.5</p> | <p><i>Знает:</i>- первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p><i>Умеет:</i>- проводить инструктаж по технике безопасности с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, вести журнал инструктажа;</p> <p><i>Имеет опыт:</i> - обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий.</p>  |

**ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ**

**ОПРОС** по теме «Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности».

Устно ответить на вопросы.

Вопросы:

1. Перечислите технологии физкультурно-спортивной деятельности работы с детьми с сенсорными нарушениями.
2. Перечислите технологии физкультурно-спортивной деятельности работы с детьми с поражением опорно-двигательного аппарата.
3. Перечислите технологии физкультурно-спортивной деятельности работы с детьми с нарушением интеллекта.
4. Перечислите технологии физкультурно-спортивной деятельности работы с детьми с нарушением речи.
5. Перечислите технологии физкультурно-спортивной деятельности работы с детьми с нарушением психики.
6. Перечислите классификацию технологий в зависимости от применяемых средств.

**Критерии оценки:**

|            |   |
|------------|---|
| 0 баллов - | Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины.  |
| 2 балла -  | дан неполный ответ. Присутствует логичность изложения. Масса существенных ошибок в определении терминов, понятий. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает осознавать существование связи между знаниями только после подсказки преподавателя.   |
| 3 балла -  | дан неполный ответ. Присутствует логичность изложения. Мало существенных ошибок в определении терминов, понятий. В ответе присутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает осознавать существование связи между знаниями только после подсказки преподавателя.   |
| 4 балла -  | дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ логичен, изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.   |
| 5 баллов - | дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.   |
| 6 баллов - | дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. |

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

| <b>Тестовые задания</b> |  |
|-------------------------|--|
| 1.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Термин «Аэробика», как название определенного вида двигательной активности, ввел (а) в обиход:</p> <p>А) Жорж Демени<br/>           Б) Кеннет Купер<br/>           В) Айседора Дункан<br/>           Г) Джеки Соренсен</p>  |
| 2.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Поточный метод выполнения упражнений первым стал применять:</p> <p>А) Жорж Демени<br/>           Б) Айседора Дункан<br/>           В) Джейн Фонда<br/>           Г) Франсуа Дельсарт</p>  |
| 3.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Хореографический метод построения аэробной части занятия, использующий серии движений на восемь счетов, объединяющий «восьмерки» по четыре, называется:</p> <p>А) фристайл<br/>           Б) метод блоковой хореографии<br/>           В) метод хореографии класса<br/>           Г) метод бэйс хореографии</p> |
| 4.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>К базовым движениям в аэробике относятся:</p> <p>А) шаг, бег, прыжки на двух ногах, сгибание ноги вперед<br/>           Б) шаг, скип, мах, «сумо»<br/>           В) бег, скип, прыжок ноги врозь-вместе, выпад<br/>           Г) прыжки на двух ногах, скип, выпад, мах.</p>                                    |
| 5.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Верхней границей зоны низкой интенсивности (Low intensity) в оздоровительной аэробике является:</p> <p>А) МАМ<br/>           Б) анаэробный порог<br/>           В) МПК<br/>           Г) аэробный порог</p>   |
| 6.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Нижней границей зоны средней интенсивности (Middle intensity) в оздоровительной аэробике является:</p> <p>А) аэробный порог<br/>           Б) МАМ<br/>           В) МПК<br/>           Г) анаэробный порог</p>  |
| 7.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Какая часть занятия аэробикой включает период удержания целевых показателей интенсивности:</p> <p>А) разминка<br/>           Б) заключительная часть<br/>           В) аэробная часть<br/>           Г) силовая часть</p>   |
| 8.                      | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>В разминку следует включать:</p>  |

|     |  |
|-----|--|
|     | <p>А) движения с высокой амплитудой</p> <p>Б) «бытовые движения»</p> <p>В) высоко ударные нагрузки</p> <p>Г) прыжки</p>  |
| 9.  | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Занятия фитбол-аэробикой преимущественно позволяют:</p> <p>А) увеличить силу</p> <p>Б) увеличить выносливость</p> <p>В) скорректировать нарушения осанки</p> <p>Г) уменьшить массу тела</p>   |
| 10. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Предпочтительное питание при занятиях оздоровительной аэробикой:</p> <p>А) раздельное</p> <p>Б) вегетарианское</p> <p>В) низкокалорийное</p> <p>Г) сбалансированное</p>   |
| 11. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Упругость опорно-двигательного аппарата позволяет:</p> <p>А) накапливать энергию</p> <p>Б) рассеивать энергию</p> <p>В) не влияет на сохранение энергии</p> <p>Г) увеличить нагрузку на мышцы</p>   |
| 12. | <p><i>Выберите правильный вариант ответа.</i></p> <p>Рекреативное направление преимущественно способствует:</p> <p>А) увеличению мышечной массы</p> <p>Б) восстановлению физического и психоэмоционального состояния</p> <p>В) повышению функционального уровня</p> <p>Г) улучшению физических качеств</p> |

### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ЭКЗАМЕН**

1. ТФСД в системе высшего, среднего профессионального образования.
2. ТФСД как учебная дисциплина. Цель и задачи дисциплины.
3. Основные виды ТФСД, используемые в АФК.
4. Классификация и характеристика ТФСД.
5. Роль дыхания при проведении занятий по АФК.
6. Использование ТФСД в работе со слепыми и слабовидящими людьми.
7. Использование ТФСД в работе с глухими и слабовидящими людьми.
8. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта.
9. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение речи.
10. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата.
11. Использование ТФСД в работе с детьми, имеющих детский церебральный паралич.
12. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение психики.
13. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании дошкольников.
14. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании школьников.
15. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании студентов.
16. Охарактеризуйте виды гимнастики, используемые в АФК.
17. Аэробика как вид ТФСД. История возникновения и развития.
18. Структура и содержание занятий аэробикой.
19. Особенности занятий аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности.
20. Использование аэробики в работе со слепыми и слабовидящими людьми.

21. Особенности применения оздоровительной аэробики с лицами, имеющими нарушения ОДА.
22. Основы контроля и самоконтроля в процессе занятий аэробикой лиц, имеющих ограниченные возможности.
23. Гигиена питания при занятиях фитнесом.
24. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности.
25. Использование фитбол-аэробики в АФК.
26. Организация и методика проведения занятий по степ-аэробике с лицами, имеющими ограниченные возможности.
27. Шейпинг как научная комплексная система физической культуры.
28. Использование стретчинг - системы в АФК.
29. Использование каллонетики в АФК.
30. Калланетика – система физических упражнений Калан Пинкни.
31. Гидрореабилитация - как педагогический процесс.
32. Отличительные особенности подбора и моделирования игр в АФК.
33. Игры, направленные на установления психологического контакта между играющими.
34. Подвижные игры для слепых и слабовидящих детей.
35. Подвижные игры для глухих и слабовидящих детей.
36. Подвижные игры для детей с проблемами интеллекта.
37. Подвижные игры для детей с нарушением речи.
38. Подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата.
39. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом (ДЦП).
40. Подвижные игры, включающие бег, прыжки, метание.
41. Подвижные игры, эстафеты, игровые задания с элементами баскетбола, волейбола для детей с ослабленным здоровьем.
42. Подвижные игры на прогулках и в походах.
43. Речетативно-игровые композиции для совместных игр детей и взрослых.
44. Методика организации и проведения спортивных праздников и фестивалей с лицами, имеющими ограниченные возможности
45. Виды туризма в РФ.
46. Роль природных факторов в восстановлении нарушенных процессов в организме человека.
47. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражения ОДА.
48. Особенности организации реабилитационного туризма.
49. Методика преодоления экстремальных ситуаций в походе.
50. Классификация профессионально-ориентированных видов спорта.
51. Понятие эмпатия. Как можно формировать эмпатию у студентов, обучающихся по специальности адаптивная физическая культура.
52. Дайте определение ориентировочной основе действия.
53. Раскройте перспективы применения радиального баскетбола (питербаскет) для осуществления профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности, а также развития новых видов адаптивного спорта.
54. Дайте краткую характеристику первой группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной игру хоккей на полу.
55. В чем заключаются преимущества новых видов адаптивного спорта: радиального баскетбола в колясках и радиального баскетбола сидя.

#### **Критерии оценивания обучающегося на экзамене**

| <b>Оценка</b> | <b>Критерии</b>   |
|---------------|---|
| «отлично»     | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ |

|                       |   |
|-----------------------|---|
|                       | на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.  |
| «хорошо»              | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.   |
| «удовлетворительно»   | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя. |
| «неудовлетворительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.   |

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### Рекомендуемая литературы (основная)

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с. : ил.)
2. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт [Текст] / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В.Передерий. - М.: Советский спорт, 2010.-316 с.
3. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов [Текст] / Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева; под ред. Ю. Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2010. — 320 с.
4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебное пособие для студ. высш. и сред. проф. учеб. заведений / под ред. С. П. Евсеева. - М. : Сов. спорт, 2013. - 388 с.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными

группами населения: Учебное пособие / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. – СПб.: Галлея принт, 2013. – 276 с.

#### **Рекомендуемая литература (дополнительная)**

1. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст] : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил. - Гриф Федер. агентства по физ. культуре и спорту. - ISBN 978-5-9718-0402-4

2. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. Т.1 : Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с. - Гриф: Доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту. - ISBN 978-5-9718-0450-5

3. Аксенова, О.Э. Содержание и организация адаптивной физической культуры в профессиональной подготовке студентов высшего учебного заведения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / О. Э. Аксенова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,54 МБ). - СПб. : [б. и.], 2009. - Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть б-ки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии.

4. Е.С. Крючек Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: Учебно-методическое пособие. - М.: Terra - Спорт, Олимпия Пресс, 2001. - 64с., им.

5. Евсеева, О.Э. Адаптивная физическая культура в геронтологии : учебное пособие [Электронный ресурс] / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. - М. : Советский спорт, 2010. - 83 с. - ISBN 978-5-9718-0461-1. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57713>

6. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / Л. Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Библиогр. в конце гл.

#### **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины.**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>



**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Врачебный контроль в адаптивной физической культуре»**

## ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-1.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

**ПК-3.** Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.  | ПК-1                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.   | ПК-1                    |
| - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; | ПК-3                    |
| <b>Имеет опыт:</b>   |                         |
| - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;  | ПК-3                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – зачет.

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов        |
|---|--------------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | 8                  |
| <b>В том числе:</b>                                       |                    |
| Лекции  | 2                  |
| Семинары  | 2                  |
| Практические занятия                                      |                    |
| Лабораторные работы                                       |                    |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |                    |
| Лекции  | 2                  |
| Семинары  | 2                  |
| Практические занятия                                      |                    |
| Лабораторные работы                                       |                    |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | зачет              |
| Самостоятельная работа (всего)                            | 2                  |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>                             | <b>часы<br/>10</b> |

**СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

| <b>№</b>            | <b>Тема (раздел)</b>   | <b>Содержание раздела</b>   | <b>Всего часов</b> |
|---------------------|--|---|--------------------|
| 1.                  | Введение в дисциплину. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам. | Основные понятия, цель, задачи, формы, виды врачебного контроля ФК и АФК. История врачебного контроля у нас в стране и зарубежом. Организация врачебного контроля в РФ. Система и организация работы врачебно-физкультурных диспансеров. Их цели и задачи. Показания, относительные и абсолютные противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов и маломобильных групп населения. Морфофункциональные и возрастные особенности лиц с ограниченными возможностями здоровья (различной нозологии). Санитарно-гигиенические требования к местам проведения занятий по физической культуре и спорту, а также соревнованиям. | <b>4</b>           |
| 2.                  | Средства и методы врачебного контроля.   | Методы исследования и оценки физического развития. Исследование функционального состояния различных систем организма инвалидов, занимающихся физическими упражнениями и спортивной деятельностью. Нагрузочные тестирования. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающимися физической культурой и спортом. Простейшие функциональные пробы. Лабораторная диагностика. Биомеханические методы контроля двигательных функций. Врачебно-педагогический контроль. Показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО.                          | <b>4</b>           |
| 3.                  | Медицинское обеспечение тренировочного процесса и соревнований в адаптивном спорте.      | Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения Международных спортивных соревнований. Спортивно-медицинские классификации инвалидов-спортсменов. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии. Заболевания и травматизм. Перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика здоровья.   | <b>2</b>           |
| <b>Всего часов:</b> |  |   | <b>10</b>          |

**Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):**

*Лекция 1.* Морфофункциональные и психологические особенности инвалидов различных нозологических групп. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающихся физической культурой и спортом.

### Темы практических дистанционных занятий (2 часа):

*Практическое занятие №1. Методические аспекты врачебного контроля*

**Вопросы для обсуждения:** Методы исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, вегетативной нервной систем. Особенности их функционального состояния при поражении опорно-двигательной системы, при поражении позвоночника и спинного мозга, при детских церебральных параличах.

### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии)       | Индикаторы достижения  |
|---|--------------------------------------|--|
| <b>ПК-1.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.               | A/01.5<br>A/02.5<br>A/03.5<br>A/04.5 | <i>Знает:</i><br>- состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.<br><i>Умеет:</i><br>- определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.  |
| <b>ПК-3.</b> Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры | A/01.5<br>A/02.5<br>A/03.5<br>A/04.5 | <i>Умеет:</i><br>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; |

### ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

. Письменный опрос по теме: Исследование и оценка физического развития

#### Вариант 1.

1. Понятие «физическое развитие».
2. Охарактеризуйте метод измерения силы мышц.

#### Вариант 2.

1. Признаки физического развития.
2. Типы телосложения.

#### Вариант 3.

1. Нарушения состояния опорно-двигательной системы.
2. Метод индексов.

#### Вариант 4.

1. Охарактеризуйте методы осмотра, пальпации, перкуссии.
2. Метод корреляции.

**Вариант 5.**

1. Охарактеризуйте методы измерения длины конечностей и ее сегментов, определение объема движений в суставах.
2. Метод стандартов.

**Вариант 6.**

1. Антропометрия.
2. Перечислите и охарактеризуйте аппаратные методы исследования.

**Критерии оценки:**

- 0 баллов - Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины.  
дан неполный ответ. Присутствует логичность изложения. Масса существенных ошибок в определении терминов, понятий. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает осознавать существование связи между знаниями только после подсказки преподавателя.
- 2 балла - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.
- 4 балла - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.
- 6 баллов -

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

| КОД ТЗ | Тестовое задание  |
|--------|---|
| 1.1    | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p><b>Основная форма врачебного контроля</b></p> <p>а). врачебно-педагогические наблюдения во время занятий физическими упражнениями</p> <p>б). <u>врачебное обследование</u></p> <p>в). санитарно-гигиенический контроль за местами и условиями проведения занятий по физической культуре и спорту</p> <p>г). предупреждение спортивного травматизма и заболеваемости</p> |
| 1.2    | <p><b>К сложным методам исследования относится</b></p> <p>А). ортостатическая проба</p> <p>Б). гарвардский степ-тест</p> <p>В). <u>ЭЭГ</u></p> <p>Г). оценка внешних признаков утомления</p>  |
| 1.3    | <p><b>Целью врачебного контроля за лицами, занимающимися физкультурой и спортом, не является</b></p> <p>а). определение состояния здоровья и физического развития;</p> <p>б). организация регулярных осмотров 4 – 5 раз в год;</p> <p>в). контроль санитарно-гигиенических условий физического воспитания;</p>  |

|     |  |
|-----|--|
|     | г). <u>разработка рациональной методики тренировок.</u>  |
| 1.4 | <p><b>Для занятия физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы</b></p> <p>а). сильная, ослабленная, специальная;</p> <p>б). <u>основная, подготовительная, специальная;</u></p> <p>в). физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные;</p> <p>г). первая – без отклонения в состоянии здоровья, вторая – с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, третья – больные;</p>   |
| 2.1 | <p><b>Наиболее распространенная причина ампутации нижних конечностей в пожилом возрасте</b></p> <p>а). рельсовая травма</p> <p>б). электротравма</p> <p>в). <u>заболевание периферических сосудов</u></p> <p>г). остеоартрозы суставов</p>   |
| 2.2 | <p><b>Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы после ампутации нижних конечностей проводятся</b></p> <p>а). у всех инвалидов независимо от возраста и причины ампутации</p> <p>б). <u>при наличии сердечно-сосудистых заболеваний</u></p> <p>в). при онкологической патологии</p> <p>г). при выраженных признаках утомления в период обучения ходьбе</p>   |
| 2.3 | <p><b>Для оценки физического развития человека используется метод индексов, этот метод основан</b></p> <p>а). на сравнении показателей конкретного человека со средними показателями физического развития той возрастно-половой группы, к которой он относится</p> <p>б). <u>на основе сопоставления различных антропометрических признаков</u></p> <p>в). на комплексной оценке, при которой различные показатели анализируются в совокупности и в связи с другими признаками</p> <p>г). на динамическом сравнении антропометрических показателей одного и того же человека</p> |
| 2.4 | <p><b>Время выполнения ортостатической функциональной пробы у инвалидов, перенесших ампутацию нижней конечности, составляет</b></p> <p>а). 3 минуты</p> <p>б). <u>5 минут</u></p> <p>в). 10 минут</p> <p>г). 15 минут</p>  |
| 3.1 | <p><b>При проведении крупных международных спортивных соревнований допинг-контролю подлежат</b></p> <p>а). все участники соревнований</p> <p>б). только участники командных видов спорта</p> <p>в). <u>только занявшие первые четыре места и другие по жребию</u></p> <p>г). участники соревнований по специальным спискам</p>   |
| 3.2 | <p><b>Для проведения допинг-контроля используется моча, ее количество должно составлять</b></p> <p>а). не менее 50 мл</p> <p>б). <u>не менее 75 мл</u></p> <p>в). не менее 100 мл</p> <p>г). количество мочи не регламентируется</p>   |

|     |  |
|-----|--|
| 3.3 | <p><b>Для определения класса в спортивно-медицинской классификации при пара- и тетраплегии, а также при заболевании полиомиелитов применяется</b></p> <p>а). оценка координации движений<br/>         б). оценка амплитуды движений<br/>         в). <u>мануально-мышечное тестирование</u><br/>         г). оценка мышц спины</p> |
| 3.4 | <p><b>Штрафной санкцией за первое нарушение спортсмена, применявшего 1 класс запрещенных веществ (стимуляторы) является дисквалификация</b></p> <p>а). на 3 мес.<br/>         б). пожизненно<br/>         в). <u>на 1 год</u><br/>         г). делается предупреждение</p>   |

### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для зачета**

1. Каковы основные цели и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре?
2. Раскройте основную роль и значение врачебного контроля в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Какие методы и средства врачебного контроля Вам известны?
4. Каковы показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам при патологии органа зрения, слуха, опорно-двигательной системы?
5. Какие функциональные методы исследования используются в практике врачебного контроля?
6. Какие методы оценки физического развития человека Вам известны, каковы их возможности?
7. Что включает в себя методика антропометрического обследования?
8. Какова роль адаптивной физической культуры в совершенствовании физического развития инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья?
9. Какие методы тестирования физической работоспособности Вам известны, каковы их возможности?
10. Как осуществляется выбор, и какие нагрузки используются при тестировании физической работоспособности?
11. Критерии физической работоспособности человека
12. Какие простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы могут использоваться у инвалидов при поражении опорно-двигательной системы?
13. Какие встречаются типы реакции сердечно-сосудистой системы при выполнении функциональных проб?
14. Опишите методику выполнения функциональных проб сердечно-сосудистой системы у инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
15. Каковы основные задачи медицинского контроля во время тренировок, соревнований, массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья?
16. Что такое допинг, в чем его вред для состояния здоровья спортсмена?
17. Какие запрещенные классы веществ и запрещенные методы, относящиеся к допингу, Вы знаете?
18. Каковы штрафные санкции к спортсменам за применение запрещенных фармакологических препаратов?
19. Дайте характеристику спортивно-медицинской классификации спортсменов-инвалидов с врожденными и ампутационными дефектами конечностей,
20. Дайте характеристику спортивно-медицинской классификации спортсменов-инвалидов с последствиями травм позвоночника и спинного мозга.
21. Дайте характеристику спортивно-медицинской классификации спортсменов-инвалидов с нарушением мозговой двигательной деятельности.



22. Дайте характеристику спортивно-медицинской классификации спортсменов-инвалидов, отнесенных к категории «прочие».
23. Какие виды травматизма Вы знаете? Их краткая характеристика.
24. В чем выражается перенапряженность и перетренированность человека?
25. Причины перенапряженности и перетренированности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
26. Меры профилактики перенапряженности и перетренированности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
27. Врачебный контроль как самостоятельная учебная дисциплина в системе адаптивной физической культуры.
28. Значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации инвалидов.
29. Основные задачи и содержание врачебного контроля за инвалидами и лицами с отклонением в состоянии здоровья.
30. Роль и значение функциональных методов исследования во врачебном контроле.
31. Методы тестирования физической работоспособности.
32. Методические подходы к выбору мощности и продолжительности нагрузок при велоэргометрии.
33. Тредмил-тест в практике врачебного контроля.
34. Велоэргометрия как метод тестирования физической работоспособности.
35. Физическая работоспособность человека.
36. Простейшие функциональные пробы и тесты кардио-респираторной системы. Их оценка.
37. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на функциональные пробы.
38. Методы оценки физического развития человека.
39. Роль адаптивной физической культуры в совершенствовании физического развития.
40. История развития и организация допинг-контроля на Олимпийских играх.
41. История развития и организация допинг-контроля на Паралимпийских играх.
42. Влияние допинга на здоровье спортсмена и его спортивную карьеру.
43. Значение спортивно-медицинских классификаций спортсменов-инвалидов при проведении Международных спортивных соревнований.
44. Медицинский контроль во время тренировок.
45. Медицинский контроль во время соревнований.
46. Медицинский контроль во время массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
47. Травматизм - современная медико-социальная проблема.
48. Признаки и проявления перенапряжения и перетренированности человека.
49. Причины и меры профилактики перенапряжения и перетренированности человека.
50. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и врачебного контроля.

***Критерии оценивания ответа на зачете***

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

|            |            |
|------------|------------|
| Зачтено    | Не зачтено |
| 4-8 баллов | 3-6 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,  
НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**ОСНОВНАЯ:**

1. Кузнецов, И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / И.А. Кузнецов, А.Э. Буров, И.В. Качанов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 179 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494862>

2. Мартынихин, В.С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие / В.С. Мартынихин, К.В. Мартынихин, М.Л. Гинзбург; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 34,8 МБ). - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. -210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452538>

4. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие / А.А. Усанова, О.И. Шепелева, Т.В. Горячева. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Белова, Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 149 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>

2. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : [учебное пособие] / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 707, [1] с. : ил.

3. Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре : учебное пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова. - М. : Сов. спорт, 2004. - 179 с. : ил.

4. Миллер, Л.Л. Врачебный контроль : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - СПб. : [б. и.], 2011. – 203 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Николаев, В.С. Двигательная активность и здоровье человека: теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки : учебное пособие / В.С. Николаев, А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 81 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769>

6. Ромашин, О.В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебно-методическое пособие / О.В. Ромашин, А.В. Смоленский, В.Ю. Преображенский; Рос. акад. мед. наук, Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) ; под ред. К. В. Лядова. - М. : Советский спорт, 2011. - 130 с.

7. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.

8. Физическая культура : учебное пособие : в 2 частях / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – Ч. 2. – 91 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859>

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в  
адаптивной физической культуре»**

## ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК-4.** Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья; | ПК-4                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;   | ПК-4                    |
| <b>Имеет опыт:</b>   |                         |
| - планирования и проведения досуговых мероприятий; - контроль за состоянием мест проведения занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями;                        | ПК-4                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – зачет.

### ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов        |
|---|--------------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>8</b>           |
| <b>В том числе:</b>                                       |                    |
| Лекции  | <b>2</b>           |
| Семинары  | 2                  |
| Практические занятия                                      |                    |
| Лабораторные работы                                       |                    |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |                    |
| Лекции  | <b>2</b>           |
| Семинары  | <b>2</b>           |
| Практические занятия                                      |                    |
| Лабораторные работы                                       |                    |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | <b>зачет</b>       |
| Самостоятельная работа (всего)                            | <b>4</b>           |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>                             | <b>часы<br/>12</b> |

**СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

| <b>№</b>            | <b>Тема (раздел)</b>  | <b>Содержание раздела</b>   | <b>Всего часов</b> |
|---------------------|---|---|--------------------|
| 1.                  | Гигиена как наука. Гигиена физической культуры и спорта.  | История развития гигиены как науки. Определение, цели, задачи, методы гигиены.<br>Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения.<br>Гигиена физической культуры и спорта: история, цели, задачи.   | <b>2</b>           |
| 2.                  | Факторы окружающей среды и организм человека.<br>Гигиенические требования к жилым и общественным зданиям и сооружениям. | Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека (гигиена воды, гигиена воздуха, гигиена почвы).<br>Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий и территории, в том числе предназначенных для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения.<br>Гигиенические основы принятия архитектурных решений, оборудования, площадей, состава помещений в физкультурно-спортивных сооружениях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. | <b>4</b>           |
| 3.                  | Основы личной гигиены.  | Гигиена тела, гигиена питания, гигиена одежды и обуви, гигиена сна, режим дня, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, в том числе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения.<br>Здоровый образ жизни.  | <b>2</b>           |
| 4.                  | Гигиенические основы на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту.                       | Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях по физической культуре, адаптивной физической культуре и спорту.<br>Санитарно-гигиенические требования к занятиям базовыми видами двигательной деятельности.<br>Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях различного профиля.   | <b>4</b>           |
| <b>Всего часов:</b> |   |   | <b>12</b>          |

**Темы лекций дистанционного обучения (2 часа):****Лекция 1. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности.**

Педагогические свойства восстановления, медико-биологические средства восстановления, психологические средства.

Значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности.

**Темы практических дистанционных занятий (2 часа):****Практическое занятие №1. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности.**

Педагогические свойства восстановления, медико-биологические средства восстановления, психологические средства.

Значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности.

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция  | Трудовые функции (при наличии)                 | Индикаторы достижения   |
|--|--|---|
| <p><b>ПК-4.</b> Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания</p> | <p>A/01.5<br/>A/02.5<br/>A/03.5<br/>A/04.5</p> | <p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования и проведения досуговых мероприятий; - контроль за состоянием мест проведения занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями;</li> </ul> |

### ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

#### По теме: «Гигиена питания»

«Расчет суточных энергозатрат организма и энергопотребления организма»: пользуясь раздаточным материалом определить объем суточных энергозатрат с помощью хронометражно-табличного метода, затем рассчитать суточное потребление ккалорий. Результаты представить на отдельном листе бумаги А4 в виде таблиц.

Полученные данные сравнить, проанализировать с точки зрения правил питания, сделать выводы.

#### Критерии оценки уровня знаний:

5 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Допускаются ошибки в расчетах; Анализ полученных данных не представлен. Выводы отсутствуют.

6 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Допускаются незначительные ошибки в расчетах; Анализ полученных данных не представлен. Выводы отсутствуют.

7 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Расчеты произведены без ошибок. Анализ полученных данных не полный. Выводы отсутствуют.

8 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Расчеты произведены без ошибок. Анализ полученных данных не полный. Выводы неполные.

9 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Расчеты произведены без ошибок. Анализ полученных данных полный. В работе представлены выводы.

10 баллов – за заполнение таблиц и представление полученных результатов. Расчеты произведены без ошибок. Анализ полученных данных не полный. В работе представлены развернутые выводы.

### ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

| Код ТЗ | Тестовое задание   |
|--------|--|
| 1.1    | <p><i>Выберите правильный вариант ответа</i></p> <p>Что изучает гигиена физической культуры и спорта?</p> <p>a. медицинская дисциплина, изучающая влияние окружающей среды и производственной деятельности на здоровье человека и разрабатывающая оптимальные требования к условиям жизни и труда людей;</p> <p>b. изучает влияние различных факторов внешней среды на организм человека;</p> <p>c. это раздел профилактической медицины, изучающий влияние на организм человека трудового процесса и факторов производственной деятельности;</p> <p>d. <u>изучает влияние окружающей среды на организм человека в процессе занятий физкультурой и спортом, а так же разрабатывает средства и методы снижающие утомление, повышающие спортивную работоспособность.</u></p> |
| 1.2    | <p>Состояние здоровья населения, при котором отсутствует вредное воздействие факторов среды на человека, и обеспечиваются благоприятные условия его жизнедеятельности – это:</p> <p>a. Уровень жизни;</p> <p>b. <u>Санитарно-эпидемиологическое благополучие;</u></p> <p>c. Здоровый образ жизни;</p> <p>d. Социальное благополучие.</p>   |
| 1.3    | <p>Температура воды в бассейне оздоровительного назначения:</p> <p>a. <u>26-29 градусов;</u></p> <p>b. 30-32 градуса;</p> <p>c. 24-28 градусов;</p> <p>d. 22-25 градусов.</p>  |
| 1.4    | <p>Какая из профильных гигиенических дисциплин изучает влияние на организм человека природных и социальных факторов в условиях мест проживания человека?</p> <p>a. Социальная гигиена;</p> <p>b. Гигиена труда;</p> <p>c. Общая гигиена;</p> <p>d. <u>Коммунальная гигиена.</u></p>  |
| 2.1    | <p>Норма относительной влажности воздуха для помещений:</p> <p>a. 10-30%;</p> <p>b. <u>30-60%;</u></p> <p>c. 50-70%;</p> <p>d. 65-80%.</p>   |
| 2.2    | <p>Что из перечисленного является физическим способом обеззараживания воды?</p> <p>a. Хлорирование;</p> <p>b. Озонирование;</p> <p>c. <u>Отстаивание;</u></p>  |



|     |  |
|-----|--|
|     | d. Вакуумная очистка.  |
| 2.3 | <p>Что не входит в основные правила организации распорядка дня взрослого человека?</p> <p>a. Отход ко сну в одно и то же время;</p> <p>b. <u>Дневной сон не менее 1 часа;</u></p> <p>c. Прием пищи в одни и те же часы;</p> <p>d. Выполнение утренней гигиенической гимнастики.</p>  |
| 2.4 | <p>Больные дети, имеющие хронические заболевания или врожденную патологию в состоянии компенсации, с редкими и нетяжело протекающими обострениями хронического заболевания, не дающими выраженного нарушения общего состояния и самочувствия, относятся:</p> <p>a. К 1-ой группе здоровья</p> <p>b. Ко 2-ой группе здоровья</p> <p>c. <u>К 3-ей группе здоровья</u></p> <p>d. К 4-ой группе здоровья</p> |
| 3.1 | <p>Роль зеленых насаждений вблизи от спортивных учреждений (отметьте неправильное утверждение):</p> <p>a. Улучшение микроклимата;</p> <p>b. Ветрозащитное и шумозащитное действие;</p> <p>c. <u>Определяют этажность строений;</u></p> <p>d. Очищение воздуха от пыли и газов.</p>   |
| 3.2 | <p>Гигиенические требования к одежде для занятий физической культурой и спортом:</p> <p>a. Яркий цвет;</p> <p>b. <u>Хорошая воздухопроницаемость;</u></p> <p>c. Натуральные ткани;</p> <p>d. Непромокаемость.</p>  |
| 3.3 | <p>Избыточный пищевой статус формируется:</p> <p>a. При использовании специальных рационов;</p> <p>b. <u>При рационах повышенной энергетической ценности;</u></p> <p>c. При качественной недостаточности питания;</p> <p>d. При снижении адаптационных возможностей организма.</p>   |
| 3.4 | <p>Калорический эквивалент 1 г углеводов равен:</p> <p>a. 1 ккал;</p> <p>b. <u>4 ккал;</u></p> <p>c. 9 ккал;</p> <p>d. 3 ккал.</p>   |
| 4.1 | <p>Каких средств восстановления спортивной работоспособности не существует:</p> <p>a. Педагогические средства восстановления;</p> <p>b. Медико-биологические средства восстановления;</p> <p>c. Психологические средства восстановления;</p> <p>d. <u>Социальные средства восстановления.</u></p>  |
| 4.2 | <p>К основным причинам травматизма на занятиях физической культурой и спортом не относятся:</p> <p>a. <u>Возраст занимающихся;</u></p> <p>b. Ошибки в методике проведения занятия;</p> <p>c. Недостаточное материально-техническое оснащение занятий;</p> <p>d. Отсутствие медицинского контроля.</p>  |
| 4.3 | <p>Закаливание – это...</p> <p>a. система мероприятий, направленных на увеличение силы и ловкости;</p>   |

|     |  |
|-----|--|
|     | <p>b. <u>система мероприятий, повышающих устойчивость организма к резким изменениям метеорологических условий;</u></p> <p>c. система мероприятий, повышающих резистентность (сопротивление) кожи к заболеваниям;</p> <p>d. система мероприятий, направленная на улучшение качества жизни.</p>  |
| 4.4 | <p>Физкультурные минуты- это:</p> <p>a. <u>активный отдых, который проводится на общеобразовательных уроках для того, чтобы уменьшить утомление учащихся, снять отрицательные воздействия статической нагрузки, активизировать внимание;</u></p> <p>b. гимнастика, проводимая до учебных занятий ежедневно, перед первым уроком;</p> <p>c. вид активного отдыха, проводимый на большой перемене;</p> <p>d. гимнастика, проводимая после учебных занятий;</p> |

### ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для зачета

1. История развития гигиены как науки;
2. Определение, цели, задачи, методы гигиены;
3. Понятие об окружающей среде и ее составляющие;
4. Гигиена физической культуры и спорта: история, цели, задачи. Основоположники гигиены физической культуры и спорта;
5. Законодательство Российской Федерации в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
6. Влияние окружающей среды на здоровье и деятельность человека;
7. Приборы для измерения основных параметров микроклимата;
8. Гигиеническое значение воздуха;
9. Гигиеническое значение воды;
10. Гигиеническое значение почвы;
11. Гигиенические основы рациональной организации жилья, зданий и территории предназначенных для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и маломобильных групп населения;
12. Факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;
13. Гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям;
14. Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям;
15. Гигиенические требования к плавательным бассейнам;
16. Санитарно-гигиенические требования к питьевой воде;
17. Особенности гигиены тела лиц занимающихся физической культурой и спортом;
18. Особенности гигиены питания лиц занимающихся физической культурой и спортом;
19. Особенности гигиены одежды и обуви лиц занимающихся физической культурой и спортом;
20. Методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом;
21. Гигиенические принципы закаливания;
22. Понятие «пищевой статус» и его виды.
23. Энергетический баланс организма. Основной обмен.
24. Способы оценки пищевой неадекватности;
25. Основные принципы рационального питания.
26. Особенности режима дня лиц занимающихся физической культурой и спортом;
27. Особенности личной гигиены лиц с нарушением зрения;
28. Особенности личной гигиены лиц с нарушением слуха;

29. Особенности личной гигиены лиц с поражением опорно-двигательного аппарата;
30. Особенности личной гигиены лиц с интеллектуальными нарушениями;
31. Особенности личной гигиены лиц пожилого возраста;
32. Механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации к здоровому образу жизни;
33. Значение средств ФК и С в формировании здорового образа жизни;
34. Закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;
35. Влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;
36. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности;
37. Значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;
38. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;
39. Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с нарушением слуха;
40. Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с нарушением зрения;
41. Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с поражением опорно-двигательного аппарата;
42. Гигиенические особенности проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями;
43. Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях по гимнастике;
44. Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях по легкой атлетике;
45. Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях по подвижным и спортивным играм;
46. Соблюдение гигиенических основ, профилактика травматизма на занятиях по лыжной подготовке;
47. Правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий;
48. Факторы, ухудшающие состояние здоровья человека;
49. Суточная двигательная активность и методы ее оценки;
50. Гиподинамия и ее влияние на организм человека;

***Критерии оценивания ответа на зачете***

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла

частично – 1 балл

отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

| Зачтено    | Не зачтено |
|------------|------------|
| 4-8 баллов | 3-7 баллов |

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

**ОСНОВНАЯ:**

1. Гигиенические требования к качеству воды. Системы очистки и обеззараживания воды : учебное пособие / В.А. Ляпин, Т.М. Любошенко, Ф.И. Разгонов и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 56 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459418>

2. Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 229 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363>

3. Полиевский, С. А. Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов : учебное пособие для вузов / С. А. Полиевский, Г. А. Ямалетдинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 122 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12804-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448336>

4. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: количественная и качественная адекватность питания студента-спортсмена [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 160 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена факторов окружающей среды. Физкультурно-спортивные сооружения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 150 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Гигиена физической культуры и спорта [Текст] : учебник / под ред. В. А. Маргазина, О. Н. Семеновой, Е. Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 254, [1] с.

2. Гигиена [Текст] : в двух томах : учебник : Т. 1 / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 315, [1] с. : ил.

3. Гигиена [Текст] : в двух томах : учебник : Т. 2 / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 350, [1] с. : ил.

4. Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : учебник / В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - 3-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2014. - 298, [1] с. : ил.

5. Лаптев, А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене [Текст] : учебное пособие / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. - 2-е изд. - Москва : [Физическая культура], 2009. - 383 с.

6. Ляпин, В.А. Гигиеническая оценка питания [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Ляпин, Т.Н. Соломка, Е.В. Коваленко. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2012. – 126 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

7. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. - Москва : Советский спорт, 2015. - 510 с. : ил.

8. Осадченко, И.В. Термический фактор в спорте и профессионально-прикладной физической подготовке [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И.В. Осадченко, С.А. Полиевский, С.В. Волохова. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 154 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

9. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с.

10. Полиевский, С.А. Общая и специальная гигиена : учебник / С.А. Полиевский, А.Н. Шафранская. - М. : Академия, 2009. - 297 с.

11. Флянку, И.П. Гигиеническая характеристика качества воздушной среды и санитарно-технических систем спортивных сооружений : учебное пособие / И.П. Флянку, Н.В. Семенова, Ф.И. Разгонов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 96 с. : табл., ил. - Библиогр.: с. 92-93. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429335>

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):**

• Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>

- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ

<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам

[http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))

- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

## **Рабочая программа дисциплины**

**«Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК- 1.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;   | ПК-2                    |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-1                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;   | ПК-2                    |
| - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;   | ПК-1                    |
| <b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. | ПК-2                    |
| - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   | ПК-1                    |

### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – *экзамен*.

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов |
|---|-------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>18</b>   |
| <b>В том числе:</b>                                       |             |
| Лекции  | <b>4</b>    |
| Семинары  | <b>2</b>    |
| Практические занятия                                      |             |
| Лабораторные работы                                       |             |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |
| Лекции  | <b>4</b>    |
| Семинары  | <b>8</b>    |

|   |             |                |
|---|-------------|----------------|
| Практические занятия                      |             |                |
| Лабораторные работы                       |             |                |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) |             | <b>экзамен</b> |
| Самостоятельная работа (всего)            |             | <b>12</b>      |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>             | <b>часы</b> | <b>30</b>      |

### СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| № | Тема (раздел)  | Содержание раздела   | Всего часов |
|---|--|--|-------------|
| 1 | Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением слуха                            | Исторические аспекты развития обучения и воспитания лиц с нарушением слуха. Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушением слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Общая характеристика нарушений речи у слабослышащих и глухих детей. Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста с нарушением слуха в системе специального образования.   | 6           |
| 2 | Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением зрения                           | Исторические аспекты развития обучения и воспитания лиц с нарушением зрения. Медико-психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушением зрения. Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушением зрения в системе специального образования. Коррекционно-развивающая, коррекционно-оздоровительная и профилактическая направленности АФВ лиц с нарушением зрения. Методика АФВ незрячих и слабовидящих детей. Методика АФВ поздно-ослепших в системе реабилитационных центров. Взаимодействие специалиста АФК с другими субъектами психолого-педагогического процесса. | 6           |
| 3 | Характеристика средств АФВ лиц с нарушениями интеллекта.                           | Характеристика традиционных и нетрадиционных средств, наиболее оптимальных для процесса АФВ лиц с нарушениями интеллекта в зависимости от степени умственной отсталости, причин ее возникновения, наличия и отсутствия вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний, результатов психодиагностики. Направленность АФВ лиц с нарушениями интеллекта в учреждениях различного типа   | 4           |
| 4 | Методика адаптивной физической культуры для детей с интеллектуальными нарушениями. | Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей. Характеристика структуры и проявлений основного дефекта. Современные методы организации обучения и воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития в области физической культуры в России и за рубежом. Конкретизация задач адаптивного физического воспитания в соответствии с особенностями психофизического развития детей с нарушениями интеллекта. Методические основы планирования занятий по адаптивной физической культуре для детей с нарушениями интеллекта.                         | 4           |



|                     |   |   |           |
|---------------------|---|---|-----------|
|                     |   | Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения).  |           |
| 5                   | Методика адаптивной физической культуры для детей с <b>детским церебральным параличом</b>                     | Общая характеристика заболевания детский церебральный паралич.<br>Задачи, средства, методы физической реабилитации детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция двигательных нарушений детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция психических нарушений детей с детским церебральным параличом.<br>Коррекция сенсорных нарушений у детей с детским церебральным параличом.<br>Особенности построения и содержания коррекционных занятий лечебной физической культурой у детей с детским церебральным параличом. | 2         |
| 6                   | Методика адаптивной физической культуры детей при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей | Анатомо-функциональные особенности опорно-двигательного аппарата детей.<br>Методика подготовки детей к протезированию конечностей средствами адаптивной физической культуры.<br>Оптимизация двигательной активности детей с врожденными пороками развития и после ампутации конечностей (применение подвижных игр, занятий на тренажерах, лечебного плавания).  | 4         |
| 7                   | Реабилитация лиц с поражением спинного мозга в домашних условиях  | Методика двигательной самореабилитации в домашних условиях.<br>Оценка и контроль эффективности самореабилитации в домашних условиях.<br>Технические средства реабилитации лиц с поражением спинного мозга в домашних условиях.  | 2         |
| 8                   | Особенности работы с родителями детей-инвалидов.  | Основные индивидуально-личностные проблемы родителей детей-инвалидов.<br>Специфика психолого-педагогической помощи семьям, воспитывающим детей с особенностями в развитии.  | 2         |
| <b>Итого часов:</b> |   |   | <b>30</b> |

#### **Темы лекций дистанционного обучения (4 часа):**

*Лекция 1.* Адаптивное физическое воспитание лиц с сенсорными нарушениями (2 часа).

*Лекция 2.* Особенности организации и проведения инклюзивных занятий по физической культуре с учениками, имеющих сенсорные расстройства. (2 часа)

#### **Темы практических дистанционных занятий (8 часов):**

*Практическое занятие №1. Развитие познавательной деятельности в процессе адаптивного физического воспитания детей с нарушением слуха. (2 часа)*

*Вопросы для обсуждения:*

- Активизация речевой и познавательной деятельности средствами подвижных игр.
- Коррекция и развитие нарушенных психических функций: восприятия, внимания, памяти, воображения средствами АФВ.
- Развитие элементарных математических способностей.
- Расширение словарного запаса.

**Практическое занятие №2. Содержание и разделы программы по АФВ детей с нарушением зрения. (2 часа)**

*Вопросы для обсуждения:*

- Документы, регламентирующие разработку программы по АФВ для детей с нарушением зрения (Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ), адаптированные основные общеобразовательные программы начального общего образования (АООП НОО обучающихся с нарушением зрения).

- Анализ содержания разделов и задач программы АФВ в ДОО.

- Виды двигательной активности детей с нарушением зрения.

- Виды двигательной активности поздноослепших и лиц с остаточным зрением.

- Изучение рекомендаций по видам спорта с учетом противопоказаний при некоторых офтальмологических заболеваниях.

- Классификация внеклассных мероприятий по физическому воспитанию детей с нарушением зрения.

**Практическое занятие №3. Характеристика средств АФВ лиц с нарушениями интеллекта. (2 часа)**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Роль и значение реализации зрелищно-эстетической и спортивно-оздоровительной функций АФК в работе с лицами с нарушениями интеллекта.

2. Направленность спортивных праздников и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

3. Социализация и интеграция лиц с нарушениями интеллекта в обществе посредством вовлечения их в социально одобряемые виды двигательной активности

**Практическое занятие №4. Адаптивное физическое воспитание при травме спинного мозга (2 часа)**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Задачи, методы и средства АФК для лиц с последствиями ДЦП, СМТ в условиях детского сада.

2. Особенности физического, психического развития, сопутствующие заболевания и вторичные отклонения в состоянии здоровья лиц с последствиями церебрального паралича, поражением функций спинного мозга, недоразвитием и ампутацией конечностей в дошкольном возрасте.

3. Организационные формы занятий по АФВ в условиях детского сада.

4. Использование тренажеров на занятиях АФК для лиц с ПОДА в дошкольных учреждениях.

5. Организация проведения занятий ритмики в дошкольных учреждениях лиц, имеющими ПОДА.

6. Рекреативные формы занятий в условиях детского сада.

7. Использование ритмопластики, танцевальной терапии, песочной терапии, сказкотерапии посредством рекреационных занятий лиц с нарушением различных функций опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

| Компетенция | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения |
|-------------|--------------------------------|-----------------------|
|             |                                |                       |

|  |                                     |  |
|--|-------------------------------------|--|
| <p><b>ПК-2.</b> Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>       | <p>A/01.5<br/>A/03.5</p>            | <p><i>Знает:</i><br/>- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;<br/><i>Умеет:</i><br/>- критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;<br/>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;<br/><i>Имеет опыт:</i><br/>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.</p> |
| <p><b>ПК- 1.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов</p> | <p>A/01.5<br/>A/02.5<br/>A/04.5</p> | <p><i>Знает:</i><br/>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br/><i>Умеет:</i><br/>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;<br/><i>Имеет опыт:</i><br/>-составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.</p>  |

### ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:

Устный опрос.

Вопросы для проведения опроса:

1. В чем заключается коррекционная направленность адаптивного физического воспитания дошкольников со слуховой депривацией?
2. Приведите примеры междисциплинарных связей в коррекционном образовании глухих и слабослышащих дошкольников.
3. Назовите признаки дизонтогенеза физического развития у детей со слуховой депривацией.
4. Какое место занимает двигательная активность в режиме дня дошкольника с нарушением слуха?
5. Чем вызвано нарушение речевой функции у глухих и слабослышащих детей?
6. Как научить дошкольников с нарушением слуха ориентироваться в схеме тела?

7. Назовите вербальные и невербальные методы обучения двигательным действиям детей с нарушением слуха.
8. Охарактеризуйте методы наглядности, используемые на уроке адаптивного физического воспитания.
9. Раскройте методы развития концентрации и переключения внимания глухих и слабослышащих детей на уроках АФВ.
10. Раскройте методические приемы развития статического и динамического равновесия у детей с нарушением слуха.

**Критерии оценки:**

- 2 балла – получен неполный ответ на 1 вопрос из 2.  
 4 балла – получен полный ответ на 1 вопрос из 2;  
 6 баллов – получены ответы на 2 вопроса, один из которых неполный;  
 8 баллов – получен полный ответ на 2 вопроса из 2.

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

| Код ТЗ   | Тестовое задание<br>Вариант 1  |
|----------|--|
| <b>1</b> | К коррекционным задачам адаптивного физического воспитания в школах для детей с нарушением зрения относится:<br>1. <u>Развитие навыков пространственной ориентировки;</u><br>2. Обучение жизненно важным двигательным умениям, навыкам;<br>3. Формирование уверенности в своих силах;<br>4. Развитие физических качеств: быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости. |
| <b>2</b> | Детям со сходящимся косоглазием нецелесообразно выполнение следующего упражнения:<br>1. <u>Отбивание мяча перед собой двумя руками;</u><br>2. Прокатывание мяча от себя.<br>3. Подбрасывание мяча вверх.<br>4. Метание мяча в вертикальную цель.   |
| <b>3</b> | Какой метод обучения из перечисленных ниже имеет первостепенное значение в процессе адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения:<br>1. <u>Метод дистанционного управления;</u><br>2. Игровой метод;<br>3. Метод сопряженной речи;<br>4. Все перечисленные методы.   |
| <b>4</b> | В процессе адаптивного физического воспитания незрячи дети используют следующий вид восприятия:<br>1. <u>Осязательно-двигательно-слуховое восприятие;</u><br>2. Зрительно-двигательно-слуховое восприятие;<br>3. Зрительно-осязательно-слуховое восприятие;<br>4. Зрительно-слуховое восприятие.   |
| <b>5</b> | В каком возрастном периоде у глухих детей дошкольного возраста отмечается наибольший <u>прирост показателей физических качеств:</u><br>1. <u>С 4 до 6 лет;</u><br>2. С 4 до 7 лет;<br>3. С 3 до 5 лет;<br>4. С 3 до 6 лет.   |
| <b>6</b> | Обязательным требованием к проведению занятий по адаптивному физическому воспитанию со слабослышащими и глухими школьниками является:<br>1. <u>Использование средств активизации мышления, познавательной деятельности, эмоций, мимики, понимания речи;</u>  |

|    |   |
|----|---|
|    | <p>2. Использование средств развития гибкости;</p> <p>3. Использование средств развития кардио-респираторной системы;</p> <p>4. Использование средств мышечной релаксации.</p>  |
| 7  | <p>Дисфункция какого анализатора отмечается в 62 % случаев у лиц нарушения слуха:</p> <p>1. <u>Статокинетический</u>;</p> <p>2. Тактильный;</p> <p>3. Интероцептивный;</p> <p>4. Проприоцептивный.</p>  |
| 8  | <p>В комплексе анализаторов, обеспечивающих компенсаторный механизм в процессе обучения и развития глухих детей выделяют сочетание следующих анализаторов:</p> <p>1. <u>Зрительный, тактильный, проприоцептивный и остаточный слух</u>;</p> <p>2. Зрительный, обонятельный и интероцептивный и остаточный слух,</p> <p>3. Зрительный, вкусовой и тактильный;</p> <p>4. Зрительный и проприоцептивный.</p>                       |
| 9  | <p>Укажите количество этапов логопедической коррекции, учет которых обязательно предусмотрен в процессе адаптивного физического развития детей с заиканием:</p> <p>1. <u>6 этапов</u>;</p> <p>2. 8 этапов;</p> <p>3. 5 этапов;</p> <p>4. 7 этапов.</p>  |
| 10 | <p>Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с общим недоразвитием речи не предусматривает:</p> <p>1. <u>Коррекция зрительного восприятия</u>;</p> <p>2. Коррекция координационных способностей;</p> <p>3. Коррекция дыхательной системы;</p> <p>4. Коррекция общей и мелкой моторики рук.</p>  |
| 11 | <p>Сколько уровней речевого развития выделены при общем недоразвитии речи в зависимости от выраженности речевого дефекта Р.Е.Левинной?</p> <p>1. <u>3 уровня речевого развития</u>;</p> <p>2. 4 уровня речевого развития;</p> <p>3. 2 уровня речевого развития;</p> <p>4. 1 уровень речевого развития.</p>  |
| 12 | <p>Какой метод развития физических качеств и координационных способностей используется на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с дошкольниками, имеющими нарушения речи?</p> <p>1. <u>Игровой метод</u>;</p> <p>2. Интервальный метод;</p> <p>3. Метод изометрических усилий;</p> <p>4. Круговой тренировки.</p>  |
| 13 | <p>При наличии каких двух факторов ставится диагноз “умственная отсталость”?</p> <p>а) <u>органическое поражение головного мозга и стойкое нарушение познавательной деятельности</u></p> <p>б) нарушение координации движений и познавательной деятельности</p> <p>в) органическое поражение нервной системы и нарушение речи</p> <p>г) нарушение познавательной деятельности в сочетании с задержкой психического развития</p> |
| 14 | <p>Сколько степеней снижения интеллекта включает умственная отсталость в соответствии с международной классификацией болезней?</p> <p>а) 10</p> <p>б) <u>4</u></p> <p>в) 11</p> <p>г) 8</p>   |

|    |  |
|----|--|
| 15 | <p>Какую группу инвалидности признают за лицами с глубокой степенью умственной отсталости?</p> <p>а) I<br/>б) II<br/>в) <u>III</u><br/>г) IV</p>   |
| 16 | <p>При планировании занятий с лицами, имеющими тяжелые поражения интеллекта преподаватель <b>не</b> должен учитывать:</p> <p>а) в каком состоянии предполагаемое место занятий<br/>б) <u>вид нозологии занимающихся</u><br/>в) готовность детей к предложенным нагрузкам<br/>г) интерес детей к занятиям</p>   |
| 17 | <p>Каким видом игры дети с нарушениями интеллекта овладевают позднее всего?</p> <p>а) сюжетной<br/>б) предметной<br/>в) <u>сюжетно-ролевой</u><br/>г) подвижной</p>  |
| 18 | <p>Классификация врожденных дефектов развития нижних конечностей включает:</p> <p>а) Аномалия развития стопы, аномалия развития всех сегментов конечности, аномалия развития проксимального отдела конечности по типу культы.<br/>б) <u>Аномалию развития бедра, аномалию развития голени и стопы, аномалию развития всех сегментов конечности, аномалию развития дистального отдела конечности по типу культы.</u><br/>в) Аномалию развития бедра, аномалию развития голени, аномалию развития коленных суставов, аномалию развития дистального отдела конечности по типу культы.<br/>г) Аномалию развития бедра, аномалию развития голени и стопы подвывих тазобедренных суставов, аномалию развития дистального и проксимального отделов конечностей.</p> |
| 19 | <p>Для детей с преимущественным недоразвитием малоберцовой кости характерны следующие особенности:</p> <p>а) <u>Укорочение голени, недоразвитие или полное отсутствие малоберцовой кости, изменение формы большеберцовой кости, недоразвитие стопы;</u><br/>б) Увеличение голени, недоразвитие или полное отсутствие малоберцовой кости, изменение формы большеберцовой кости, недоразвитие стопы;<br/>в) Отсутствие малоберцовой кости, изменение формы большеберцовой кости, недоразвитие стопы;<br/>г) Укорочение голени, недоразвитие или полное отсутствие малоберцовой кости, изменение формы большеберцовой кости.</p>  |
| 20 | <p>Локомоторная функция это:</p> <p>а) Обменная.<br/>б) Защитная функция.<br/>в) Антигравитационная.<br/>г) <u>Двигательная функция.</u></p>   |
| 21 | <p>Перечислите задачи в период подготовки к протезированию:</p> <p>а) Развитие способности к равновесию, ориентированию в пространстве, дифференцированию пространственных, временных и силовых параметров движений, увеличение двигательной активности, формирование двигательного опыта в соответствии с возрастными нормами развития.<br/>б) Увеличение подвижности в суставах усеченной и здоровой конечности; подготовка мягких тканей культы к механическим воздействиям и давлению со стороны приемной гильзы протеза.</p>  |

|    |   |
|----|---|
|    | <p>в) Развитие силы и мышечно-суставной чувствительности мышц здоровой конечности, коррекция деформаций опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, плоскостопие), формирование мотивации к освоению и пользованию протезно-ортопедическими изделиями.</p> <p>г) <u>Все перечисленные ниже варианты.</u></p> |
| 22 | <p>Перечислите, в какой форме проводятся занятия с детьми с последствиями церебрального паралича легкой степени:</p> <p>а) Групповые, мать и дитя;</p> <p>г) Малогрупповые, групповые;</p> <p>б) Индивидуальные занятия;</p> <p>в) <u>Мать и дитя, малогрупповые, групповые.</u></p>                              |

### **ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для экзамена**

1. Охарактеризуйте психофизическое развитие дошкольников и школьников с различными видами зрительных дисфункций.
2. Раскройте содержание и особенности организации АФВ дошкольников с нарушением зрения.
3. Раскройте содержание и особенности организации АФВ в школах 3-4 видов.
4. Раскройте содержание и особенности организации АФВ взрослого населения с нарушением зрения.
5. Раскройте методы и методические приемы обучения двигательным действиям лиц с нарушением зрения.
6. Перечислите требования к организации учебного процесса для незрячих и слабовидящих дошкольников и детей школьного возраста.
7. Охарактеризуйте организационные формы коррекционных занятий в условиях специальных образовательных учреждениях и на дому для лиц, имеющих нарушение зрения и сочетанную патологию.
8. Раскройте методы оперативного контроля, оценки физического и функционального состояния занимающихся с нарушением зрения.
9. Представьте классификацию подвижных игр, используемых в процессе АФВ дошкольников и младших школьников с сенсорными нарушениями
10. Адаптация и особенности организации проведения игр с незрячими и слабовидящими детьми. Раскройте коррекционную направленность подвижных игр для детей и подростков с нарушением зрения.
11. Раскройте особенности межличностного общения педагога и ребенка с нарушением зрения: Правила общения с незрячим человеком и способы оказания ему помощи при ориентировки в пространстве.
12. Перечислите требования к организации адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения: гигиенические, педагогические, психологические
13. Признаки утомления, проявляющиеся в процессе занятий физическими упражнениями и предупреждения утомления у лиц с сенсорными нарушениями.
14. Перечислите противопоказания к физическим нагрузкам у лиц с нарушением зрения.
15. Организация, формы и содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий по оздоровлению и закаливанию детей и подростков с нарушением зрения.
16. Организационные формы коррекционных занятий с лицами, имеющими зрительные дисфункции: структура занятий, направленность, педагогический контроль и наблюдение.
17. Раскройте особенности организации и структуру сценария спортивного праздника, для детей с нарушением зрения.
18. Характеристика типичных нарушений двигательной сферы у детей с нарушением слуха.

19. Дактильная и жестовая речь, как способ общения, применением в процессе АФВ.
20. Какие психофизические нарушения характерны для глухих детей?
21. Какие двигательные нарушения характерны для слабослышащих детей школьного возраста?
22. В чем состоят координационные нарушения двигательной деятельности глухих?
23. Каков механизм развития координационных способностей глухого ребенка?
24. Какие методические приемы применяются для развития речи слабослышащих детей на уроках по физическому воспитанию?
25. Какие методы и методические приемы применяются для комплексного развития физических качеств детей с нарушением слуха.
26. Какие методические приемы используются для активизации речевой и познавательной деятельности глухих детей?
27. Диагностика функционального состояния организма занимающихся в процессе АФВ.
28. Раскройте методические приемы коррекции и развития произвольного внимания, двигательной памяти детей с нарушением слуха средствами физических упражнений.
29. Раскройте особенности проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивных праздников с детьми разного возраста, имеющими нарушения слуха.
30. Приведите примеры общих и специальных задач адаптивного физического воспитания лиц с интеллектуальными нарушениями.
31. Раскройте механизм определения приоритетных задач адаптивного физического воспитания в зависимости от степени сохранности интеллекта.
32. Раскройте особенности задач адаптивного физического воспитания в зависимости от формы проведения занятий.
33. Приведите примеры задач адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллекта и раскройте способы их решения.
34. Перечислите особенности построения занятия по адаптивной физической культуре для лиц с интеллектуальными нарушениями.
35. В чем заключаются трудности организации занятий по адаптивному физическому воспитанию для лиц с интеллектуальными нарушениями?
36. Раскройте формы занятий адаптивным физическим воспитанием для лиц с интеллектуальными нарушениями.
37. Расскажите о направленности уроков адаптивного физического воспитания лиц с интеллектуальными нарушениями.
38. Раскройте средства адаптивного физического воспитания лиц с интеллектуальными нарушениями.
39. Раскройте особенности применения методов формирования знаний у лиц с интеллектуальными нарушениями в процессе их адаптивного физического воспитания.
40. Раскройте особенности применения методов обучения двигательным действиям лиц с нарушениями интеллекта в процессе их адаптивного физического воспитания.
41. Раскройте особенности применения методов развития физических качеств и способностей у лиц с нарушениями интеллекта в процессе их адаптивного физического воспитания.
42. Раскройте особенности применения методов воспитания личности у лиц с нарушениями интеллекта в процессе их адаптивного физического воспитания.
43. Какие способы контроля нагрузки при проведении занятий с лицами с интеллектуальными нарушениями Вы знаете?



44. Назовите методы определения работоспособности лиц с интеллектуальными нарушениями в процессе занятий адаптивным физическим воспитанием.
45. Обоснуйте необходимость планирования организации двигательной активности лиц с интеллектуальными нарушениями.
46. Раскройте цели и задачи двигательной активности лиц с интеллектуальными нарушениями.
47. Раскройте принципы планирования двигательной активности лиц с интеллектуальными нарушениями.
48. Назовите и раскройте основные направления коррекции вторичных нарушений у лиц с интеллектуальными нарушениями.
49. Раскройте способы регуляции эмоционального состояния лиц с интеллектуальными нарушениями в процессе занятий АФК.
50. Перечислите основные критерии контроля качества педагогического процесса по реализации двигательной активности лиц с интеллектуальными нарушениями.
51. Раскройте принципы и способы планирования педагогического процесса по адаптивному физическому воспитанию лиц с интеллектуальными нарушениями.
52. В чем заключаются особенности обучения и воспитания лиц с интеллектуальными нарушениями в условиях закрытых образовательных учреждениях?
53. В чем заключаются особенности обучения движениям лиц с интеллектуальными нарушениями в условиях семейного воспитания?
54. Раскройте роль Специального Олимпийского движения в социальной интеграции лиц с интеллектуальными нарушениями.
55. Приведите примеры участия лиц с интеллектуальными нарушениями в Специальном Олимпийском движении.
56. Охарактеризуйте трудности социальной интеграции лиц с интеллектуальными нарушениями в России.
57. В чем заключаются трудности реализации двигательной активности лиц с интеллектуальными нарушениями?
58. Приведите примеры организации взаимодействия с другими субъектами педагогического процесса по реализации двигательной активности с интеллектуальными нарушениями.
59. Укажите пути установки конструктивного взаимодействия с лицами, окружающими человека с интеллектуальными нарушениями.
60. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста с интеллектуальными нарушениями.
61. Методика развития локомоторной деятельности в процессе адаптивного физического воспитания детей с СМТ.
62. Применение тренажера «Гросса» в процессе занятий по адаптивному физическому воспитанию лиц с СМТ.
63. Применение тренажеров в процессе занятий по адаптивному физическому воспитанию лиц с СМТ.
64. Применение тренажеров в процессе занятий по адаптивному физическому воспитанию лиц с врожденными аномалиями развития верхних конечностей.
65. Применение тренажеров в процессе занятий по адаптивному физическому воспитанию лиц с СМТ.
66. Применение тренажера «Локомат» в процессе занятий по адаптивному физическому воспитанию лиц с СМТ.
67. Методика подготовки дошкольников со СМТ к обучению в школе средствами адаптивного физического воспитания.
68. Методика развития манипулятивной деятельности рук у детей с СМТ.

69. Формы проведения занятий по физической культуре в инклюзивном классе.
70. Требования к организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях в процессе инклюзивного образования.
71. Методические приемы обеспечения равных возможностей в процессе инклюзивного физического воспитания.
72. Физкультурно-оздоровительные мероприятия во внеурочное время детей с отклонениями в состоянии здоровья в инклюзивном классе.
73. Роль врачебно-педагогического контроля в организации и проведении инклюзивных занятий по физической культуре.
74. Раскройте содержание практического раздела программы адаптивной физической культуры в подготовке обучающихся в образовательных организациях среднего профессионального образования и высшего образования.
75. Требования к проведению занятий адаптивным физическим воспитанием в специальных медицинских группах.

### Критерии оценивания обучающегося на экзамене

| Оценка              | Критерии   |
|---------------------|--|
| «отлично»           | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. |
| «хорошо»            | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.  |
| «удовлетворительно» | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.                            |

|                       |   |
|-----------------------|---|
| «неудовлетворительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя. |
|-----------------------|---|

Итоговая оценка по дисциплине формируется с учетом результатов текущего и промежуточного контролей.

Форма проведения промежуточной аттестации: *экзамен*.

**ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ** необходимой для освоения дисциплины

**Рекомендуемая литературы (основная)**

1. Евсеева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы) : учебное пособие / О.Э. Евсеева; - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 117 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

2. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаяева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.

3. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебное пособие для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 156 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12705-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448143>

4. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>

5. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : учебное пособие / А.В. Рубцов. - Москва : Колос-с, 2018. - 176, [2] с.

6. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

7. Аксенов, А.В. Инклюзивное физическое воспитание детей младшего школьного возраста : учебное пособие / А.В. Аксенов. - СПб. : [б. и.], 2012. – 109 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

8. Дрогомерецкий, В.В. Коррекция нарушений суставно-связочного аппарата студентов специальных медицинских групп средствами оздоровительного плавания : монография / В.В. Дрогомерецкий, В.Л. Кондаков, А.А. Горелов; Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ «БелГУ»). - Белгород : ЛитКараВан, 2012. - 167 с. : ил.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. Аксенов, А.В. Инклюзивное физическое воспитание детей младшего школьного возраста : учебное пособие / А.В. Аксенов. - СПб. : [б. и.], 2012. – 109 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>
4. Жуков, Ю.Ю. Технологии адаптивной физической культуры в работе с лицами с сенсорными нарушениями (для слепых и слабовидящих) : учебное пособие / Ю.Ю. Жуков; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 182 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
6. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
7. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Москва : Советский спорт, 2009. – 223 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
9. Харченко, Л.В. Развитие физических качеств у детей с комбинированными нарушениями зрения и интеллектуального развития : [учебное пособие] / Л.В. Харченко, Т.В. Синельникова. - Омск : [б. и.], 2007. – 48 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
- 6) Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред. Л.В. Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.

**ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины.**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта  
<http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Университетская информационная система РОССИЯ  
<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

#### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа дисциплины**

**«Адаптивный спорт, структура и содержание»**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

**ПК- 1.** Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов.

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

**ПК-3.** Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

| Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности  | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                         |
| - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;   | ПК-2                    |
| - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;   | ПК-3                    |
| - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.   | ПК-3                    |
| <b>Умения:</b>   |                         |
| - планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;   | ПК-1                    |
| - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;   | ПК-2                    |
| - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;  | ПК-3                    |
| - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;   | ПК-3                    |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>   |                         |
| - составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   | ПК-1                    |
| - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. | ПК-2                    |
| - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;  | ПК-3                    |

## МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – экзамен.

### ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

| Вид учебной работы  | Всего часов    |
|---|----------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           | <b>16</b>      |
| <b>В том числе:</b>                                       |                |
| Лекции  | <b>6</b>       |
| Семинары  | 2              |
| Практические занятия                                      |                |
| Лабораторные работы                                       |                |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |                |
| Лекции  | <b>4</b>       |
| Семинары  | <b>4</b>       |
| Практические занятия                                      |                |
| Лабораторные работы                                       |                |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 | <b>экзамен</b> |
| Самостоятельная работа (всего)                            | <b>14</b>      |
| <b>Общая<br/>трудоемкость</b>                             | <b>часы</b>    |
|   | <b>30</b>      |

### СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| №  | Тема (раздел)   | Содержание раздела  | Всего часов |
|----|---|---|-------------|
|    |   |   |             |
| 1  | Адаптивный спорт, структура и содержание.   | Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов- паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов. Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России.   | 6           |
| 2. | Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте (в Паралимпийском, Сурлимийском и Специальном олимпийском движениях). | Основные направления адаптивного спорта. Традиционная модель соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности.   | 6           |
| 3. | Спортивно-медицинская классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.   | Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте. Предложения по созданию в России службы медицинских классификаторов. Система организации и проведения классификаций спортсменов-паралимпийцев. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом (классификация | 6           |



|    |   |   |           |
|----|---|---|-----------|
|    |   | спортсменов).<br>Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Основные тенденции развития паралимпийского спорта.   |           |
| 4. | Профилактика травматизма при занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности.  | Профилактика травматизма при занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности.<br>Создание условий для обеспечения безопасности и профилактики травматизма при организации и проведении занятий по начальному обучению двигательным действиям и спортивной тренировки в любом виде адаптивного спорта.<br>Требования к профессиональным качествам и личности тренера по адаптивному спорту.<br>Приемы физической помощи и страховки для лиц с нарушением зрения.<br>Приемы физической помощи и страховки для лиц с нарушением слуха.  | 6         |
| 5. | Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта.<br>Разрешение на терапевтическое использование. | Определение понятия «допинг». Краткая история допинга и борьбы с ним. Распространенность проблемы. Обзорная характеристика запрещенных препаратов и методов. Терапевтическое использование запрещенных препаратов. Специфика проблемы допинга в адаптивном спорте.<br>Юридические основы антидопинговой работы. Организации, решающие антидопинговые задачи.<br>Допинг-контроль: процедура проведения, права и обязанности спортсмена и других лиц.<br>Особенности проведения и организации допинг контроля на различных этапах спортивной подготовки и соревновательной деятельности.<br>Разрешение на терапевтическое использование запрещенных препаратов. | 6         |
|    |   | <b>ВСЕГО</b>  | <b>30</b> |

#### **Темы лекций дистанционного обучения (4 часа)**

*Лекция 1. Определение понятия «допинг». Краткая история допинга и борьбы с ним. Распространенность проблемы.(2 часа)*

*Лекция 2. Профилактика травматизма при занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности. (2 часа).*

#### **Темы практических дистанционных занятий (4 часа)**

*Практическое занятие №1 Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций.*

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Особенности организации классификаций.
2. Медицинская классификация.
3. Спортивно-функциональная классификация..

Практическое занятие №2. Международные правовые акты и Федеральное законодательство по вопросам организации адаптивного спорта в нашей стране. (2 часа)

**Вопросы для обсуждения:**

1. Структура власти управления АС в нашей стране.
2. Международные и Федеральные правовые акты по вопросам организации

АС.

### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|---|--------------------------------|---|
| <b>ПК-1.</b> Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. | A/02.5                         | <i>Умеет:</i><br>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.   |
| <b>ПК-2.</b> Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний       | A/01.5<br>A/03.5               | <i>Знает:</i><br>- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;<br><i>Умеет:</i><br>- критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;<br>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;<br><i>Имеет опыт:</i><br>- разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. |
| <b>ПК-3.</b> Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их   | A/01.5<br>A/02.5<br>A/04.5     | <i>Знает:</i><br>- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;   |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.</p> |  | <p>-- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ.</p> <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul> |
|---|--|---|

**ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:  
Основные направления адаптивного спорта  
ОПРОС**

*Вопросы к обсуждению:*

1. Дайте характеристику спорта лиц с интеллектуальными нарушениями.
2. Дайте характеристику спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
3. Дайте характеристику спорта лиц с нарушением слуха.
4. Дайте характеристику спорта лиц с нарушением зрения.

***Критерии оценки:***

- 1 балл- Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины.
- 2 балл - Не получен четкий, последовательный ответ на поставленный вопрос об оказании медицинской помощи, фиксирующая повязка наложена не правильно.
- 3 балл- Получен не четкий, но последовательный ответ. Оказание первой медицинской помощи с незначительными ошибками. На дополнительные ответы отвечают четко и быстро. Имобилизация проведена правильно, но с небольшими ошибками.
- 4 балла - Получен четкий, последовательный ответ. Рассказаны все пункты оказания первой медицинской помощи. На дополнительные ответы отвечают четко и быстро. Имобилизация проведена правильно, без ошибок.

### ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

| Код ТЗ   | Тестовое задание  |                                  |  |  |  |
|--|---|----------------------------------|--|--|--|
| 1.   | <p><i>Основным способом регулирования психоэмоциональным состоянием занимающихся в процессе физкультурно-оздоровительных занятий является:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. нагрузка высокой интенсивности</li> <li>2. средства психокоррекции</li> <li>3. прекращение занятий</li> <li>4. врачебно-педагогический контроль</li> </ol>   |                                  |  |  |  |
| 2.   | <p><i>По какому признаку проводится распределение по группам спортсменов-инвалидов для обеспечения справедливости соревнований в рамках Паралимпийских игр?</i></p> <p>в соответствии с возрастом;<br/> в соответствии с функциональными возможностями;<br/> в соответствии с нозологией;<br/> в соответствии со стажем занятий</p>   |                                  |  |  |  |
| 3.   | <p><i>Определение, какого понятия приведено ниже:</i><br/> «...это система мероприятий по раннему вмешательству в процесс развития «особого» ребенка с целью достижения его максимальной приспособленности к внешним условиям существования с учетом индивидуальных особенностей имеющихся нарушений»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Абилитация</li> <li>2. Реабилитация</li> <li>3. Коррекция</li> <li>4. Компенсация</li> </ol>  |                                  |  |  |  |
| 4.   | <p><i>Какой метод используется для контроля величины нагрузки в процессе проведения игры?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Электрокардиография (ЭКГ)</li> <li>2. измерение артериального давления</li> <li>3. подсчет частоты сердечных сокращений (ЧСС)</li> <li>4. не контролируется</li> </ol>  |                                  |  |  |  |
| 5.   | <p><i>Выберите один правильный ответ:</i><br/> Биологической основой непрерывного физкультурного образования личности является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. процесс удовлетворения потребностей человека в двигательной активности</li> <li>2. механизм адаптации</li> <li>3. процесс непрерывных систематических занятий</li> <li>4. вовлеченность в активные занятия адаптивной физической культурой</li> </ol>   |                                  |  |  |  |
| 6.   | <p><i>Определите соответствие аббревиатуры и ее расшифровки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ВРВС Г) Федеральный стандарт спортивной подготовки</li> <li>2. ЕВСК А) Единая всероссийская спортивная классификация</li> <li>3. ФССПВ) Всероссийский реестр видов спорта</li> <li>4. ПБВС Б) Перечень базовых видов спорта</li> </ol>   |                                  |  |  |  |
| 7.   | <p>Определите соответствие этапа спортивной подготовки и результатов его реализации:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr> <td style="width: 50%; padding: 5px;">1. На этапе начальной подготовки</td> <td style="width: 50%; padding: 5px;">А) высокая социализация спортсмена; углубленная физическая реабилитация.</td> </tr> <tr> <td style="width: 50%; padding: 5px;">2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)</td> <td style="width: 50%; padding: 5px;">Б) расширение круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по виду спорта спорт</td> </tr> </tbody> </table> | 1. На этапе начальной подготовки | А) высокая социализация спортсмена; углубленная физическая реабилитация. | 2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) | Б) расширение круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по виду спорта спорт |
| 1. На этапе начальной подготовки                           | А) высокая социализация спортсмена; углубленная физическая реабилитация.  |                                  |  |  |  |
| 2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) | Б) расширение круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по виду спорта спорт  |                                  |  |  |  |

|     |   |  |
|-----|---|--|
|     |   | глухих;  |
|     | 3. На этапе совершенствования спортивного мастерства  | В) повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спорт глухих; |
|     | 4. На этапе высшего спортивного мастерства  | Г) совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки; поддержание высокого уровня спортивной мотивации;  |
| 8.  | <p><i>Определите последовательность системы спортивного отбора:</i></p> <p>1. отбор перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих;</p> <p>2. просмотр и отбор перспективных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.</p> <p>3. просмотр и тестирование с целью ориентирования на занятия спортом;</p> <p>3-1-2</p> |  |
| 9.  | <p><i>Выберите один правильный ответ:</i></p> <p><i>Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку:</i></p> <p>- 20 лет</p> <p>- 30 лет</p> <p>- 45 лет</p> <p>- возраст неограничен</p>  |  |
| 10. | <p><i>Какого этапа спортивной подготовки НЕ существует?</i></p> <p>Учебно-тренировочного этапа</p> <p>Спортивно-оздоровительного этапа</p> <p>Начального этапа</p> <p>Этапа спортивного совершенствования</p>   |  |
| 11. | <p><i>ИПРА – это:</i></p> <p>Индивидуальная программа реабилитации и абилитации</p> <p>Индивидуальная процедура реабилитации и абилитации</p> <p>Индивидуальный подход в реабилитации и абилитации</p> <p>Индивидуальный пример реабилитации и абилитации</p>   |  |

**Вопросы для промежуточной аттестации (экзамена)**

1. Адаптивная физическая культура как интегративная наука.
2. Роль и место дисциплины в системе физкультурного образования и адаптивного физического воспитания. Компоненты физической культуры и адаптивной физической культуры.
3. Основные понятия.
4. Понятия адаптивное физическое воспитание (АФВ), адаптивный спорт (АС), адаптивная двигательную рекреацию (АДР), физическая реабилитация (ФР). Отличительные черты адаптивного спорта. Взаимосвязь АС с другими компонентами АФК и ФК.
5. Взаимосвязь и различия спорта здоровых и адаптивного спорта. Роль АС для социализации лиц с ограниченными возможностями.
6. Основные направления (виды) адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского.
7. Международные спортивные организации курируют виды паралимпийского спорта. Отличие Международных спортивных организаций SOI и INAS-FID. Разделение

- направлений (видов) адаптивного спорта на группы (классы) в 1986 году.
8. Максимально возможное уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, то есть осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными ограничениями или, по-другому, с равными функциональными возможностями (принцип справедливости);
  9. Максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести (принцип максимального вовлечения);
  10. Периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера (принцип постоянного уточнения).
  11. Становление и развитие адаптивного спорта как продвижение по магистральному направлению – от лечебного к рекреативному и от него к спортивному видам физической культуры.
  12. Периоды развития и становления лечебной гимнастики и лечебной физической культуры за рубежом. Работы Х. Лоренца и Линдемана.
  13. Основные этапы развития физкультурно- оздоровительного и спортивного движения инвалидов. Реабилитационный спорт.
  14. Развитие адаптивного спорта в Германии, США и Австрии.
  15. Периоды начала исследований особенностей развития лиц с нарушением зрения. Зарубежные исследователи, отметившие пользу занятий физическими упражнениями для слепых и слабовидящих.
  16. Позиция П.Ф. Лесгафта в вопросе о физическом образовании слепых.
  17. Вклад К.К. Грота в развитие физического воспитания слепых детей.
  18. Этапы становления адаптивного спорта незрячих в нашей стране.
  19. Определение силовых способностей.
  20. Факторы, влияющие на уровень проявления силовых способностей.
  21. Средства силовой подготовки в адаптивном спорте. Методы развития силовых способностей.
  22. Силовая гимнастика В.Г. Фохтина.
  23. Основные направления (виды) адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского.
  24. Международные спортивные организации курируют виды паралимпийского спорта.
  25. Отличие Международных спортивных организаций SOI и INAS-FID.
  26. Разделение направлений (видов) адаптивного спорта на группы (классы) в 1986 году.
  27. Отличительные черты традиционной модели соревновательной деятельности. Особенности организации соревнований по традиционной модели.
  28. Основные направления адаптивного спорта, работающие по традиционной модели.
  29. Структура модели. Главная функция соревнований в традиционной модели их организации и проведения.
  30. Характеристика социальной оценки соревновательной деятельности в традиционной модели.
  31. Отличительные особенности нетрадиционной модели соревнований Специальной олимпиады. Правило дивизионирования. Правило 10% в соревнованиях Специальной олимпиады.
  32. Проблема материального стимулирования спортсменов в нетрадиционной модели соревновательной деятельности.
  33. Процедура награждения спортсменов в соревнованиях по программе Специальной олимпиады.
  34. Перспективы использования нетрадиционной модели соревнований в других направлениях (видах) адаптивного спорта.
  35. Роль Людвиг Гутмана в становлении и развитии Паралимпийского движения. Первые паралимпийские игры 1960 года в г. Риме.
  36. Российские спортсмены- инвалиды в Паралимпийском движении.

37. Основные виды спорта, входящие в программу летних и зимних паралимпийских игр.
38. Паралимпийское движение как модель спорта здоровых спортсменов.
39. Характеристика спортивно-функциональной классификации.
40. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом, выделяющиеся классификациями.
41. Виды паралимпийского адаптивного спорта спортивно-функциональная классификация не использует медицинскую классификацию.
42. Термин «минимальный уровень поражения» в адаптивном спорте.
43. Переосвидетельствование спортсмена в адаптивном спорте.
44. Особенности спортивно-функциональных классификаций.
45. МКБ-10 и МКФ. Их сходство и различия с медицинской и спортивно-функциональной классификациями, применяющимися в адаптивном спорте.
46. Принцип единства углубленной специализации и направленности к высшим достижениям;
47. Принцип единства общей и специальной подготовки спортсмена;
48. Принцип непрерывности тренировочного процесса;
49. Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам;
50. Принцип волнообразности и вариативности динамики нагрузок;
51. Принцип цикличности тренировочного процесса.
52. Особенности применения принципов спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

#### **Критерии оценивания обучающегося на экзамене**

| <b>Оценка</b>       | <b>Критерии</b>  |
|---------------------|--|
| «отлично»           | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. |
| «хорошо»            | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.  |
| «удовлетворительно» | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые   |

|                       |   |
|-----------------------|---|
|                       | с помощью преподавателя.  |
| «неудовлетворительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя. |

Итоговая оценка по дисциплине формируется с учетом результатов текущего и промежуточного контролей.

Форма проведения промежуточной аттестации: *экзамен*.

### **ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ** необходимой для освоения дисциплины

#### **Рекомендуемая литературы (основная)**

2. Грачиков, А.А. Горнолыжная подготовка инвалидов и детей-инвалидов на спортивно-оздоровительном этапе : учебное пособие / А.А. Грачиков, О.Э. Евсеева, А.А. Шелехов. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 131 с. : ил., табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

3. Ивченко, Е.В. Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в плавании : учебное пособие / Е.В. Ивченко, Р.В. Кууз, Е.А. Ивченко. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 212 с. : ил., табл. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

4. Мосунов, Д.Ф. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.Ф. Мосунов, Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018.- 103 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018.- 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Асташина, М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие / М.П. Асташина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 189 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043>

2. Григорьева, Д.В. Технологии гидрореабилитации : учебное пособие / Д.В. Григорьева, М.Д. Мосунова, Д.Ф. Мосунов; Министерство спорта Российской Федерации. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015.- 243 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. Оздоровление и реабилитация детей-инвалидов с поражениями верхних конечностей на основе применения средств тхэквондо : учебное пособие / В.А. Таймазов, С.Е. Бакулев, А.В. Павленко, В.А. Чистяков. - СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2010. – 97 с.

4. Павленко, А.В. Основы системы подготовки детей-инвалидов в паратхэквондо : учебное пособие / А.В. Павленко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015.- 97 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ



5. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с.

6. Физическая реабилитация : учебник : в 2 т. Т. 2 / под ред. С. Н. Попова. - Москва : Академия, 2013. - 303, [1] с. : ил.

7. Центр реабилитации: функции, задачи, возможности : учебное пособие / Брянский филиал Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург) ; сост.: Е. А. Симутина, Ю. В. Киреев, А. Ю. Киреева, Е. А. Орачевская, И. Н. Сергеев, В. И. Юхименко. - Брянск : [б. и.], 2014. - 96 с.

8. Шпак, С.Л. Методика гидрореабилитации : учебное пособие / С.Л. Шпак, Д.Ю. Казаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015.- 231 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

**ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины.**

• Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта  
<http://megaprolib.net/MP0101/Web>

• ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)

• ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>

• Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru

• КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>

• Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>

• Университетская информационная система РОССИЯ  
<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

• Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))

• Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))

• Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

#### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;

- Firefox версии не ниже 2.0;

- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

## **Рабочая программа дисциплины**

**«Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья».**

**ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:**

**ПК-2.** Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

| <b>Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности</b>   | <b>Формируемые компетенции</b> |
|--|--------------------------------|
| <b>Знания:</b>   |                                |
| - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;   | ПК-2                           |
| <b>Умения:</b>   |                                |
| - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;<br>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;                                  | ПК-2                           |
| <b>Навыки и\или опыт деятельности:</b>   |                                |
| -регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. | ПК-2                           |

**МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:**

Дисциплина относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)», Обязательная часть. Вид промежуточной аттестации – экзамен.

**ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:**

| <b>Вид учебной работы</b>                                 |             | <b>Всего часов</b> |
|---|-------------|--------------------|
| Контактная работа преподавателей с обучающимися           |             | <b>8</b>           |
| <b>В том числе:</b>                                       |             |                    |
| Лекции  |             | <b>2</b>           |
| Семинары  |             | 2                  |
| Практические занятия                                      |             |                    |
| Лабораторные работы                                       |             |                    |
| <b>Дистанционная работа преподавателей с обучающимися</b> |             |                    |
| Лекции  |             | <b>2</b>           |
| Семинары  |             | <b>2</b>           |
| Практические занятия                                      |             |                    |
| Лабораторные работы                                       |             |                    |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                 |             | <b>зачет</b>       |
| Самостоятельная работа (всего)                            |             | <b>8</b>           |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                 | <b>часы</b> | <b>16</b>          |

## СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| №  | Тема (раздел)  | Содержание раздела  | Всего часов |
|----|--|---|-------------|
| 1  | Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.  | Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений. Задачи «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов». Принципы реализации «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов». Особенности развития физических качеств лиц с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений в 11 ступенях (16 возрастных группах). | 4           |
| 2. | Материально-техническое обеспечение лиц с ограниченными возможностями здоровья для выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов. | Доступность и оснащение Центров тестирования при выполнении нормативов испытаний (тестов) «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов». Основные требования к прилегающей территории, оснащению спортивных сооружений для подготовки к выполнению и выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.   | 2           |
| 3. | Порядок и организация оказания медицинской помощи при подготовке и выполнении нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.                 | Алгоритм получения медицинского допуска к выполнению нормативов испытаний (тестов) «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов». Медицинское сопровождение участников комплекса ГТО.   | 4           |
| 4. | Нормативно-правовое обеспечение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.   | Нормативно-правовые документы по вопросам функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов. Методические рекомендации федерального уровня по вопросам функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.   | 2           |
| 5. | Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц с  | Организация мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)  | 4           |

|  |  |  |                 |
|--|--|--|-----------------|
|  | учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений. | для лиц с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений.<br>Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности инвалидов с учетом нозологических групп. |                 |
|  |  |  | <b>ВСЕГО 16</b> |

**Темы лекций дистанционного обучения (2 часа)**

**Лекция 1.** Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц поражениями опорно-двигательного аппарата. **(2 часа)**

**Темы практических дистанционных занятий (2 часа)**

**Практическое занятие №1 Нормативно-правовое обеспечение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Нормативно-правовая база, регулирующая Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
2. Государственные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

| Компетенция   | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения   |
|---|--------------------------------|---|
| <b>ПК-2.</b> Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний | A/01.5<br>A/03.5               | <i>Знает:</i><br>- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;<br><i>Умеет:</i><br>- критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения;<br>- выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;<br><i>Имеет опыт:</i><br>-регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. |

**ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ:****Устный опрос по теме: «Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов»**

Студент отвечает на вопрос из предложенного перечня:

1. Перечислите основные нормативно-правовые акты, затрагивающие вопросы о систематических занятиях адаптивной физической культурой лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Понятие и принципы ВФСК ГТО для инвалидов.
3. Раскройте основные задачи Центра тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов.
4. Перечислите основные физические качества, уровень которых выявляется в процессе выполнения нормативов (испытаний) тестов ВФСК ГТО для инвалидов.
5. Какие нозологические группы инвалидов принимают участие в выполнении нормативов (испытаний) тестов ВФСК ГТО для инвалидов?
6. Какая группа лиц не допускается к выполнению нормативов (испытаний) тестов ВФСК ГТО для инвалидов?
7. Перечислите основные материально-технические средства, необходимые для оборудования центров тестирования ВФСК ГТО для инвалидов.

**Критерии оценки:**

- 5 баллов – Дан краткий и лаконичный ответ на вопрос, сделаны собственные выводы, даны примеры решения соответствующих задач;
- 4 балла – Дан краткий и лаконичный ответ на вопрос, сделаны собственные выводы;
- 3 балла – Ответ на вопрос подробный, без собственных выводов;
- 2 балла – Ответ на вопрос краткий;
- 1 балл – Вопрос раскрыт не четко

**ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

|    | Тестовое задание   |
|----|--|
| 1. | В каком году был издан Указ Президента Российской Федерации № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса?<br>а) 2007 г.<br>б) 2010 г.<br>в) <u>2014 г.</u><br>г) 2015 г.   |
| 2. | Сколько возрастных групп включает в себя Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов?<br>а) 11<br>б) <u>16</u><br>в) 9<br>г) 15   |
| 3  | Какие физические качества оцениваются при выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов?<br>а) выносливость; координационные способности; гибкость<br>б) <u>сила; гибкость; быстрота; выносливость; скоростно-силовые качества; координационные способности</u><br>в) координационные способности; сила; быстрота<br>г) сила; гибкость; выносливость |
| 4  | Какие подгруппы относятся к нозологической группе – лица с поражениями опорно-двигательного аппарата?<br>а) лица с низким ростом; лица с поражением верхних конечностей  |

|    |  |
|----|--|
|    | <p>б) лица с церебральным параличом; лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга</p> <p>в) лица с низким ростом; лица с поражением нижних конечностей</p> <p>г) <u>лица с церебральным параличом; лица с травмами позвоночника и поражением спинного мозга; лица с низким ростом; лица с поражением нижних конечностей; лица с поражением верхних конечностей</u></p>   |
| 5  | <p>На каком основании участник ВФСК ГТО для инвалидов получает знак отличия (золото, серебро, бронза)?</p> <p>а) <u>если выполнил нормативы испытания (тесты), соответствующие одному из перечисленных знаков отличия для всех физических качеств, соответствующих возрастной группе</u></p> <p>б) если выполнил нормативы испытания (тесты), соответствующие одному из перечисленных знаков отличия для трех физических качеств, соответствующих возрастной группе</p> <p>в) если выполнил нормативы испытания (тесты), соответствующие одному из перечисленных знаков отличия для одного физического качества, соответствующих возрастной группе</p> <p>г) если выполнил один норматив испытаний (тестов), соответствующий одному из перечисленных знаков отличия для одного физического качества, соответствующий возрастной группе</p> |
| 6  | <p>Какую основную цель несет в себе выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов?</p> <p>а) получение знака отличия ГТО</p> <p>б) <u>оценка уровня физической подготовленности</u></p> <p>в) оценка физической формы и показателей здоровья</p> <p>г) получение общественного одобрения</p>   |
| 7  | <p>Какие категории граждан имеют право сдавать нормативы испытания (тесты) ВФСК ГТО для инвалидов?</p> <p>а) лица, имеющие инвалидность по общим заболеваниям</p> <p>б) лица, имеющие инвалидность по интеллекту, зрению, слуху, опорно-двигательному аппарату</p> <p>в) лица, имеющие инвалидность по общим заболеваниям и интеллекту</p> <p>г) лица, имеющие инвалидность по зрению, слуху, опорно-двигательному аппарату</p>  |
| 8  | <p>Что необходимо для участия в ВФСК ГТО для инвалидов?</p> <p>а) пройти регистрацию на Всероссийском интернет-портале комплекса ГТО</p> <p>б) необходимо желание выполнить нормативы испытания (тесты)</p> <p>в) пройти тестирование физической подготовленности</p> <p>г) <u>получить медицинскую справку-допуск и пройти регистрацию на Всероссийском интернет-портале комплекса ГТО</u></p>  |
| 9  | <p>Сколько физических качеств оценивается при выполнении нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов</p> <p>а) 5</p> <p>б) <u>6</u></p> <p>в) 7</p> <p>г) 8</p>  |
| 10 | <p>Кто является ответственным за организацию выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов?</p> <p>а) администрация школы</p> <p>б) учителя физической культуры</p> <p>в) <u>центр тестирования</u></p>  |

|  |
|--|
| г) родитель (уполномоченный представитель), сопровождающий |
|--|

***Вопросы для промежуточной аттестации (экзамена)***

1. Влияние комплекса «Готов к труду и обороне» на физическую культуру и спорт в Советском Союзе.
2. Этапы развития комплекса ГТО в СССР.
3. Возрождение комплекса «Готов к труду и обороне» в Российской Федерации: причины, становление и развитие.
4. Этапы внедрения в практику Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
5. Внедрения в практику Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
6. Становление и развитие комплекса ГТО в Российской Федерации.
7. Цель и задачи государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта».
8. Исторические предпосылки возникновения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
9. Принципы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
10. Становление и развитие Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
11. Роль адаптивной физической культуры в становлении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
12. Структура государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с учетом ментальных нарушений.
13. Структура государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с учетом сенсорных нарушений.
14. Структура государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с учетом двигательных нарушений.
15. Учет сенситивных периодов в процессе подготовки и выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с интеллектуальными нарушениями.
16. Учет сенситивных периодов в процессе подготовки и выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с нарушением слуха.
17. Учет сенситивных периодов в процессе подготовки и выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с остаточным зрением.
18. Учет сенситивных периодов в процессе подготовки и выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для тотально слепых лиц.
19. Учет сенситивных периодов в процессе подготовки и выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
20. Рекомендация к недельной двигательной активности в процессе подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с интеллектуальными нарушениями.
21. Рекомендация к недельной двигательной активности в процессе подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с нарушением слуха.
22. Рекомендация к недельной двигательной активности в процессе подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с остаточным зрением.
23. Рекомендация к недельной двигательной активности в процессе подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для тотально слепых лиц.



24. Рекомендация к недельной двигательной активности в процессе подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

25. Доступность и оснащение Центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Роль Центров тестирования ВФСК ГТО для инвалидов.

26. Основные медицинские требования к допуску лиц с отклонениями в состоянии здоровья для выполнения нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов.

27. Медицинское сопровождение участников комплекса ГТО для инвалидов.

28. Нормативно-правовые акты, регламентирующие проведение испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

29. Порядок организации мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с интеллектуальными нарушениями.

30. Порядок организации мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с нарушением слуха.

31. Порядок организации мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с остаточным зрением.

32. Порядок организации мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для тотально слепых лиц.

33. Порядок организации мест тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

34. Особенности общения лиц с интеллектуальными нарушениями в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

35. Особенности общения лиц с нарушением слуха в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

36. Особенности общения лиц с остаточным зрением в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

37. Особенности общения тотально слепых лиц в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

38. Особенности общения лиц с односторонней или двухсторонней ампутацией, или другими поражениями верхних конечностей в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

39. Особенности общения лиц с односторонней или двухсторонней ампутацией, или другими поражениями нижних конечностей в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

40. Особенности общения лиц с травмами позвоночника и поражением спинного мозга в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

41. Особенности общения лиц с церебральным параличом в процессе тестирования уровня физической подготовленности.

42. Особенности тестирования физических качеств у лиц с интеллектуальными нарушениями.

43. Особенности тестирования физических качеств у лиц с нарушением слуха.

44. Особенности тестирования физических качеств у лиц с остаточным зрением.

45. Основные особенности тестирования физических качеств у лиц с сенсорными нарушениями: лица с нарушением зрения (тотально слепые)

46. Особенности тестирования физических качеств у лиц с двигательными нарушениями: лица с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями верхних конечностей.

47. Особенности тестирования физических качеств у лиц с односторонней или двухсторонней ампутацией или другими поражениями нижних конечностей.

48. Особенности тестирования физических качеств у лиц с травмами позвоночника и поражением спинного мозга.

49. Особенности тестирования физических качеств у лиц с церебральным параличом.

50. Особенности тестирования физических качеств у лиц с низким ростом.

#### **Критерии оценивания обучающегося на экзамене**

| <b>Оценка</b>         | <b>Критерии</b>  |
|-----------------------|--|
| «отлично»             | Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. |
| «хорошо»              | Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.  |
| «удовлетворительно»   | Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.                            |
| «неудовлетворительно» | Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.  |

Итоговая оценка по дисциплине формируется с учетом результатов текущего и промежуточного контролей.

Форма проведения промежуточной аттестации: *экзамен*.

## **ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

необходимой для освоения дисциплины

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Интеграции Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) в здоровый образ жизни обучающихся : учебное пособие / А.Б. Петров, Г.М. Лаврухина, Т.В. Горбунова [и др.]; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2020. – 122 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

2. Организация и проведение норматива испытаний (тестов) ВФСК ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» : учебное пособие / Т.А. Кравчук, И.А. Зданович, Е.В. Гинжул, Д.С. Кошелев; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики туризма и рекреации. - Омск : [б. и.], 2017. – 60 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. Современное состояние апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений : учебное пособие / С.П. Евсеев, А.В. Аксенов, Е.Б. Ладыгина [и др.]. – Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2018. – 89 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

4. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 146 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11118-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456722>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2018. – 420 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

2. Гриднев, В.А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе : учебное пособие / В.А. Гриднев, С.В. Шпагин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет». – Тамбов : Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. – 80 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640>

3. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>

4. Евсеева, О.Э. Отношение специалистов к использованию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для оценки уровня физической подготовленности инвалидов : [монография] / О.Э. Евсеева. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехнического университета, 2017. - 136 с.

5. Егорова, С.А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С.А. Егорова, Л.В. Белова, В.Г. Петрякова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 258 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233>

6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 228 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

7. Налобина, А.Н. Физическая реабилитация в детской неврологии : учебное пособие / А.Н. Налобина, Е.С. Стоцкая ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 212 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459422>

8. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

9. Стельмашенок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие / В.А. Стельмашенок, Н.В. Владимирова. – Минск : РИПО, 2015. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463688>

10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

**ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»**, необходимый для освоения дисциплины.

- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта [http://lesgaft-](http://lesgaft-notes.spb.ru/)

[notes.spb.ru/](http://lesgaft-notes.spb.ru/)

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Комплект анатомических плакатов и демонстрационные материалы.

Требования к рабочему месту преподавателя:

Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP).

Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров:

- Internet Explorer версии не ниже 6.0;
- Firefox версии не ниже 2.0;
- Google Chrome версии не ниже 1.0.

Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

**Рабочая программа**  
**Производственной практики**  
**(профессионально-ориентированной практики)**

## 1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов

ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО практике:

| № | Наименование темы дисциплины (раздела)   | Знать, уметь, иметь опыт  | Перечень компетенций |
|---|--|---|----------------------|
| 1 | Планирование и организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей-инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных;</li> <li>- педагогические закономерности организации образовательного процесса;</li> <li>- правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;</li> <li>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;</li> <li>- определять готовность реабилитанта к участию в</li> </ul> | ПК-1                 |

|   |   |  |      |
|---|---|--|------|
|   |   | <p>индивидуальных и групповых программах реабилитации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с учетом нравственных и деонтологических норм.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида;</li> <li>- разработки графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами;</li> </ul>   |      |
| 2 | <p>Разработка содержания занятий физкультурно-оздоровительной направленности для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.</p> | <p><b>Знает:</b> - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.</p>  | ПК-2 |
|   |   | <p><b>Умеет:</b> - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза</p> |      |

|   |  |   |              |
|---|--|---|--------------|
|   |  | заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на по развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.  |              |
| 3 | Проведение занятий физкультурно-оздоровительной направленности для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний | <p><b>Знает:</b> - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p><b>Умеет:</b> - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре; - осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при</p> | ПК-3<br>ПК-4 |



|   |   |   |      |
|---|---|---|------|
|   |   | <p>проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - регулирования проведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования и проведения досуговых мероприятий;</li> <li>- обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств;</li> <li>- обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий.</li> </ul>  |      |
| 4 | Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся. | <p><b>Знает:</b> - первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой, технических средств реабилитации инвалидов;</li> <li>- назначение и особенности использования технических средств реабилитации инвалидов.</li> <li>- правила техники безопасности при проведении занятий и мероприятий по адаптивной физической культуре, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b> - проводить инструктаж по технике безопасности с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, вести журнал инструктажа;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участии в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации;</li> <li>- выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;</li> <li>- выявлять неисправности специализированного спортивного оборудования, объектов и инвентаря</li> </ul> | ПК-3 |
|   |   | <p><b>Имеет опыт:</b> - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p>   | ПК-3 |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами. |  |
|--|---|--|

## 2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Производственная практика (профессионально-ориентированная практика) относится к Блоку 2. базовой части образовательной программы.

Вид промежуточной аттестации: **зачет**.

## 3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

| Вид учебной работы                        |             | Всего часов |
|---|-------------|-------------|
| <b>Контактная работа</b>                  |             | <b>18</b>   |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) |             | зачет       |
| <b>Общая трудоемкость</b>                 | <b>часы</b> | <b>18</b>   |

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

| <i>№<br/>№<br/>n/n</i> | <i>Содержание практики</i>   | <i>Кол-во<br/>часов</i> | <i>Формы текущего контроля</i>                 |
|------------------------|--|-------------------------|--|
| 1                      | Ознакомление с особенностями организации педагогического процесса в учреждении.  | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 2                      | Ознакомление с планом физкультурно-оздоровительных мероприятий в учреждении  | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 3                      | Ознакомление с существующей системой врачебного контроля за занимающимися.   | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 4                      | Анализ выписок из медицинских карт, занимающихся. Составление списка занимающихся.   | 1                       | Список групп (классов).<br>Расписание занятий. |
| 5                      | Написание реферата по психофизическим особенностям выбранного контингента  | 2                       | Реферат  |
| 6                      | Наблюдение за проведением уроков/ занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий в учреждении.   | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 7                      | Разработка тематического плана для учебных занятий с выбранным контингентом.   | 2                       | Тематический план для учебных занятий          |
| 8                      | Разработка и оформление конспект занятия (урока) для выбранного контингента с решением традиционной группы задач (образовательная, развивающая, воспитательная). | 1                       | Конспект занятия (урока)                       |

|    |  |           |   |
|----|--|-----------|---|
| 9  | Подготовка и предоставление видео-занятия (урока) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением традиционной группы задач.  | 2         | Видео-занятие (урок)  |
| 10 | Разработка и оформление конспект занятия (урока) для выбранного контингента с решением специальной группы задач (коррекционная, компенсаторная, профилактическая)  | 1         | Конспект занятия (урока)  |
| 11 | Подготовка и предоставление видео-занятия (урока) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением специальной группы задач.   | 2         | Видео-занятие (урок)  |
| 12 | Разработка плана физкультурно-оздоровительного мероприятия (праздника и т.п.) с учетом специфики выбранного контингента .  | 1         | План физкультурно-оздоровительного мероприятия, сценарий и т.п. |
| 13 | Оформление отчетной документации:<br>- заполнить дневник практиканта;<br>- написать реферат по психофизическим особенностям выбранного контингента;<br>- составить тематический план на 5 учебных занятий с выбранным контингентом;<br>- разработать 1 конспект занятия (урок) с учетом решения традиционной группы задач;<br>- предоставить 1 видео-занятие (урок) с учетом решения традиционной группы задач;<br>- разработать 1 конспект занятия (урок) с учетом решения специальной группы задач;<br>- предоставить 1 видео-занятие (урок) с учетом решения специальной группы задач;<br>- предоставить план физкультурно-оздоровительного мероприятия (праздника и т.п.) с учетом специфики выбранного контингента. | 2         | Все перечисленные документы                                     |
| 14 | Сдача отчетной документации по практике для проверки курсовым руководителем.<br>Документация представляется в электронном виде на платформе Moodle .   |           |   |
|    |  | <b>18</b> |   |

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ по производственной практике (профессионально-ориентированной практике)**

Средствами промежуточной аттестации является зачёт

| Компетенция | Трудовая функция (при наличии)   | Знать, уметь, иметь опыт   |
|-------------|--|--|
| ПК-1        | <p align="center">А/01.5<br/>Формирование групп для занятий адаптивной физической культуры с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательство по вопросам образования, опеки попечительства несовершеннолетних, дополнительных гарантиях, социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социального обслуживания детей-инвалидов и другая нормативно-правовая документация в области оказания психологической, педагогической, реабилитационной помощи несовершеннолетним, законодательство в области защиты персональных данных;</li> <li>- педагогические закономерности организации образовательного процесса;</li> <li>- правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- состав испытаний, тестов для всех гендерных и возрастных групп, включая контрольные показатели испытаний, тестов и их нормативные значения.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;</li> <li>- планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;</li> <li>- определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</li> <li>- взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов с учетом нравственных и деонтологических норм.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида;</li> <li>- разработки графиков проведения тестирования с периодичностью, установленной нормативными правовыми актами;</li> </ul> |
| ПК-2        | <p align="center">А/02.5<br/>Проведение с инвалидами и лицами с</p>  | <p><b>Знает:</b> - методологию теории и методики адаптивной физической культуры; - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей</p>   |

|      |  |  |
|------|--|--|
|      | ограниченным и возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.          | <p>с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения; - методологические подходы, методики и эффективные практики обучения взрослых, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.</p> <p><b>Умеет:</b> - изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.</p> |
|      |  | <p><b>Имеет опыт:</b> - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. - планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения. - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>  |
| ПК-4 | А / 04.5<br>Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма, проведение разъяснительной | <p><b>Знает:</b> - особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании - современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ. - принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; - порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p>   |

|      |   |  |
|------|---|--|
|      | <p>антидопингово<br/>й работы.</p>  | <p>- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p><b>Умеет:</b> - выявлять потребности и приоритеты инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в физическом развитии и в формировании их жизненно-важных навыков; - использовать различные формы, средства и методы адаптивного физического воспитания инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</p> <p>- осуществлять анализ коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения корректировке планов названных мероприятий.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - регулирования проведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды;</p> <p>- планирования и проведения досуговых мероприятий;</p> <p>- обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств;</p> <p>- обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий.</p> |
| ПК-3 | <p>А / 03.5<br/>Проведение воспитательной , рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными и</p> | <p><b>Знает:</b> - первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>- правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой, технических средств реабилитации инвалидов;</p> <p>- назначение и особенности использования технических средств реабилитации инвалидов.</p> <p>- правила техники безопасности при проведении занятий и мероприятий по адаптивной физической культуре, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья.</p>   |

|  |                         |  |
|--|-------------------------|--|
|  | возможностями здоровья. | <b>Умеет:</b> - проводить инструктаж по технике безопасности с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, вести журнал инструктажа; - разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники безопасности при выполнении упражнений, участии в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации; - выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних; - выявлять неисправности специализированного спортивного оборудования, объектов и инвентаря |
|  |                         | <b>Имеет опыт:</b> - оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; - проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания; - контроля и оперативной коррекции выполнения двигательных действий инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс проведения занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами.   |

Аттестация по практике осуществляется курсовым руководителем.

Подведение итогов работы проводится на основе выполнения требований к практикантам, которые представлены в содержании практики. Выставляется - зачет.

#### **Требования к прохождению производственной практики (профессионально-ориентированной) практики и оформлению документации:**

1. **Дневник практиканта** (Приложение 1 к РП производственной практики);
2. **Реферат** по психофизическим особенностям выбранного контингента;
3. **Тематический план на 5 учебных занятий** с выбранным контингентом;
4. **1 конспект занятия (урок)** с учетом решения **традиционной группы задач**;
5. **1 видео-занятие (урок)** с учетом решения **традиционной группы задач**;
6. **1 конспект занятия (урок)** с учетом решения **специальной группы задач**;
7. **1 видео-занятие (урок)** с учетом решения **специальной группы задач**;
8. **План физкультурно-оздоровительного мероприятия** (праздника и т.п) с учетом специфики выбранного контингента

#### **Критерии оценки:**

«зачет» - документация по практике сдана в полном объеме в указанные сроки.

«незачтено» - документация по практике не представлена или представлена частично.

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения практики ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
3. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>
4. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
2. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов, Т.С. Морозова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 399, [2] с. : ил.
3. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
4. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.
5. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
7. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и



науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

8. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т.1 : Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с.

9. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил.

10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

11. Токарская, Л.В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие / Л.В. Токарская, Н.А. Дубровина, Н.Н. Бабийчук; Уральский федеральный университет им. Первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. - 188, [2] с. : ил.

**7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,** необходимый для освоения практики:

1. Министерство спорта Российской Федерации
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
3. Министерство здравоохранения Российской Федерации
4. Официальный интернет-портал правовой информации

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:** Практика проводится в организации, осуществляющей деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Приложение 1.

«Национальный государственный университет  
физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»

# ДНЕВНИК

**ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ**  
(профессионально-ориентированная практика)

направление подготовки

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья**  
(адаптивная физическая культура)

Квалификация

**ИНСТРУКТОР ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

---

(фамилия, имя, отчество слушателя)

**Дополнительная профессиональная программа профессиональной  
переподготовки: «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И СПОРТИВНО-  
МАССОВАЯ РАБОТА»**

---

| Итоговая оценка за практику | Подпись курсового руководителя |
|-----------------------------|--------------------------------|
|                             |                                |

Санкт-Петербург, 2020 г.

## ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПРАКТИКИ)

Основная задача – введение практикантов в практическую сферу деятельности в качестве инструктора по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.

Производственная практика (профессионально-ориентированная практика) проводится с 3-й по 8-ю недели дополнительной программы профессиональной переподготовки с инвалидами и лицами с ограниченными функциональными возможностями- с поражениями слуха, зрения, внутренних органов, ОДА, с проблемами интеллекта и др.

Базами проведения профессионально-ориентированной (производственной) практики являются специальные (коррекционные) дошкольные учреждения, специальные (коррекционные) школы-интернаты, реабилитационные центры и другие объекты, где осуществляется физкультурно-оздоровительная деятельность с данной категорией населения.

Основная педагогическая деятельность на производственной практике (профессионально-ориентированной) практике включает в себя подготовку конспектов и проведение:

- уроков / занятий по адаптивной физической культуре
- физкультурно-массового мероприятия или спортивного соревнования

В период практики практиканты определяются с темой итоговой аттестационной работы, разрабатывают план, уточняют методы исследования, собирают первичный материал..

### 1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ) ПРАКТИКИ

| <i>№<br/>№<br/>n\п</i> | <i>Содержание практики</i>  | <i>Кол-во<br/>часов</i> | <i>Формы текущего контроля</i>                 |
|------------------------|---|-------------------------|--|
| 1                      | Ознакомление с особенностями организации педагогического процесса в учреждении.                         | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 2                      | Ознакомление с планом физкультурно-оздоровительных мероприятий в учреждении                             | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 3                      | Ознакомление с существующей системой врачебного контроля за занимающимися.                              | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 4                      | Составление списка занимающихся и расписания занятий. Анализ выписок из медицинских карт, занимающихся. | 1                       | Список групп (классов).<br>Расписание занятий. |
| 5                      | Написание реферата по психофизическим особенностям выбранного контингента                               | 2                       | Реферат  |
| 6                      | Наблюдение за проведением уроков/ занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий в учреждении.      | 1                       | Дневник практиканта                            |
| 7                      | Разработка тематического плана для учебных занятий с выбранным контингентом.                            | 2                       | тематический план для учебных занятий          |
| 8                      | Разработка и оформление конспект занятия (урока) для выбранного контингента с решением                  | 1                       | Конспект занятия (урока)                       |

|    |  |           |   |
|----|--|-----------|---|
|    | традиционной группы задач (образовательная, развивающая, воспитательная).  |           |   |
| 9  | Подготовка и предоставление видео-занятия (урока) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением традиционной группы задач.  | 2         | Видео-занятие (урок)  |
| 10 | Разработка и оформление конспект занятия (урока) для выбранного контингента с решением специальной группы задач (коррекционная, компенсаторная, профилактическая)  | 1         | Конспект занятия (урока)  |
| 11 | Подготовка и предоставление видео-занятия (урока) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением специальной группы задач.   | 2         | Видео-занятие (урок)  |
| 12 | Разработка плана физкультурно-оздоровительного мероприятия (праздника и т.п.) с учетом специфики выбранного контингента .  | 1         | План физкультурно-оздоровительного мероприятия, сценарий и т.п. |
| 13 | Оформление отчетной документации:<br>- заполнить дневник практиканта;<br>- написать реферат по психофизическим особенностям выбранного контингента;<br>- составить тематический план на 5 учебных занятий с выбранным контингентом;<br>- разработать 1 конспект занятия (урок) с учетом решения традиционной группы задач;<br>- предоставить 1 видео-занятие (урок) с учетом решения традиционной группы задач;<br>- разработать 1 конспект занятия (урок) с учетом решения специальной группы задач;<br>- предоставить 1 видео-занятие (урок) с учетом решения специальной группы задач;<br>- предоставить план физкультурно-оздоровительного мероприятия (праздника и т.п.) с учетом специфики выбранного контингента. | 2         | Все перечисленные документы                                     |
| 14 | Сдача отчетной документации по практике для проверки курсовым руководителем.<br>Документация представляется в электронном виде на платформе Moodle .   |           |   |
|    |  | <b>18</b> |   |

## 2. ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

| <b>ФИО практиканта</b>  |                     |                         |                                       |
|---|---------------------|-------------------------|---------------------------------------|
| <b>ВИДЫ И СОДЕРЖАНИЕ РАБОТ</b>  | <b>СРОКИ РАБОТЫ</b> | <b>СРОКИ ВЫПОЛНЕНИЯ</b> | <b>ФОРМА ОТЧЕТНОСТИ</b>               |
| <b>ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b>   |                     |                         |                                       |
| Принять участие: <ul style="list-style-type: none"> <li>• во вступительном деканском часу по практике.</li> <li>• В ознакомлении с особенностями организации педагогического процесса в учреждении.</li> </ul>          |                     |                         | Дневник практиканта                   |
| Собрать сведения о контингенте: <ul style="list-style-type: none"> <li>• основное заболевания;</li> <li>• вторичные и сопутствующие заболевания;</li> <li>• возраст/ пол;</li> <li>• категория инвалидности;</li> </ul> |                     |                         | Характеристика занимающихся           |
| Написать реферат на тему:<br>«Психофизические особенности лиц с _____»<br>(указать нозологическую группу)   |                     |                         | Реферат                               |
| <b>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</b>  |                     |                         |                                       |
| Наблюдение за проведением уроков/ занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий в учреждении.  |                     |                         | Дневник практиканта                   |
| Разработка тематического плана для учебных занятий с выбранным контингентом<br>_____<br>(указать нозологию)   |                     |                         | Тематический план для учебных занятий |
| Разработать и оформить конспект занятия (урока) для выбранного контингента<br>_____<br>_____<br>(указать нозологию)<br>с решением традиционной группы задач (образовательная, развивающая, воспитательная).             |                     |                         | Конспект занятия (урока)              |
| Подготовить и продемонстрировать видео-занятие (урок) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением традиционной группы задач.   |                     |                         | Видео-занятие (урок)                  |
| Разработать и оформить конспект занятия (урока) для выбранного контингента<br>_____<br>_____<br>(указать нозологию)<br>с решением специальной группы задач (коррекционная, компенсаторная,                              |                     |                         | Конспект занятия (урока)              |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| профилактическая)  |  |  |   |
| Подготовить и продемонстрировать видео-занятие (урок) в соответствии с разработанным конспектом занятия (по выбору) с решением специальной группы задач. |  |  | Видео-занятие (урок)  |
| <b>СПОРТИВНО-МАССОВАЯ И<br/>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>  |  |  |   |
| Разработать план физкультурно-оздоровительного мероприятия (праздника и т.п) для лиц с _____<br>_____ (указать нозологию)                                |  |  | План физкультурно-оздоровительного мероприятия, сценарий и т.п. |

### **3. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ, АТТЕСТАЦИИ ПО ПРАКТИКЕ, ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ПРАКТИКИ, КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ**

Аттестация по практике осуществляется курсовым руководителем.

Подведение итогов работы проводится на основе выполнения требований к практикантам, которые представлены в содержании практики. Выставляется - зачет.

#### **Требования к прохождению производственной практики (профессионально-ориентированной) практики и оформлению документации:**

1. **Дневник практиканта** (Приложение 1 к РП производственной практики);
2. **Реферат** по психофизическим особенностям выбранного контингента;
3. **Тематический план на 5 учебных занятий** с выбранным контингентом;
4. **1 конспект занятия (урок)** с учетом решения традиционной группы задач;
5. **1 видео-занятие (урок)** с учетом решения традиционной группы задач;
6. **1 конспект занятия (урок)** с учетом решения специальной группы задач;
7. **1 видео-занятие (урок)** с учетом решения специальной группы задач;
8. **План физкультурно-оздоровительного мероприятия** (праздника и т.п) с учетом специфики выбранного контингента

#### **Критерии оценки:**

«зачет» - документация по практике сдана в полном объеме в указанные сроки.

«незачтено» - документация по практике не представлена или представлена частично.

### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ СООТВЕТСТВУЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ**

#### **4.1. Методические рекомендации практикантам**

В процессе прохождения производственной практики (профессионально-ориентированной) практики практиканты активно участвуют в проведении всех видов работы – организационной, тренировочной, воспитательной, спортивной, оздоровительной, хозяйственной и др. Они начинают практику в качестве помощника учителя /инструктора и завершают ее выполнением проведением самостоятельных уроков / занятий.

Основными заданиями для практикантов на весь период являются: составление документов планирования учебного процесса, регулярное проведение учебных занятий,

участие в организации, планировании и проведении физкультурно-оздоровительных или спортивных мероприятий, проведение воспитательной, просветительской и агитационной работы с занимающимися.

Основная педагогическая деятельность на производственной практике (профессионально-ориентированной) практике включает в себя подготовку конспектов и проведение:

- уроков / занятий по адаптивной физической культуре
- физкультурно-массового мероприятия или спортивного соревнования

В период практики практиканты определяются с темой итоговой аттестационной работы, разрабатывают план, уточняют методы исследования, собирают первичный материал.

#### **4.2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА ПРАКТИКЕ**

##### **Методические указания для практикантов по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа является важнейшей составной частью процесса обучения. Целью самостоятельной работы является закрепление тех знаний, которые они получили на аудиторных занятиях, а также способствовать развитию у практикантов творческих навыков, инициативы, умению организовать свое время.

Настоящие методические указания позволят практикантам овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование компетенций, предусмотренных учебным планом по данному профилю.

##### **1. Тематический план на 5 учебных занятий с выбранным контингентом**

| Общие задачи | Занятия / уроки |   |   |   |   |
|--------------|-----------------|---|---|---|---|
|              | 1               | 2 | 3 | 4 | 5 |
|              |                 |   |   |   |   |
|              |                 |   |   |   |   |
|              |                 |   |   |   |   |

##### **2. Конспект занятия (урока)**

###### **План урока №**

Дата проведения:

Место проведения:

Инвентарь:

Основные задачи урока:

| Частные задачи | Средства | Дозировка | Методические приемы |
|----------------|----------|-----------|---------------------|
|                |          |           |                     |
|                |          |           |                     |
|                |          |           |                     |

**РЕФЕРАТ**  
**Психофизические особенности контингента**

---

*(указать нозологическую группу)*

**Подпись**  
**практиканта** \_\_\_\_\_

---

Реферат не более 8 страниц





**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ (УРОКА)**

Дата проведения:

Место проведения:

Инвентарь:

Основные задачи урока:

| <b>Частные задачи</b> | <b>Средства<br/>(учебные<br/>материалы)</b> | <b>Дозировка</b> | <b>Методические приемы</b> |
|-----------------------|---|------------------|----------------------------|
|                       |   |                  |                            |
|                       |   |                  |                            |
|                       |   |                  |                            |
|                       |   |                  |                            |
|                       |   |                  |                            |





**ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

## 1. ЦЕЛИ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Целью итоговой аттестации является установление уровня подготовки выпускника к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовленности к требованиям профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 02 апреля 2019 г. № 197н.

К итоговой аттестации допускаются слушатели, успешно завершившие в полном объеме освоение дополнительной профессиональной программы, в соответствии с учебным планом представленной программы и требованиями профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

*Вид профессиональной деятельности выпускников и соответствующие им задачи профессиональной деятельности:*

- организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта

- Формирование групп для занятий адаптивной физической культуры с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

- Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.

- Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

- Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма, проведение разъяснительной антидопинговой работы.

## 2. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Перечень компетенции, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дополнительной профессиональной программы. В рамках проведения государственной итоговой аттестации проверяется степень освоения выпускником следующих компетенций:

| Компетенции   | Дисциплины (модули)<br>(разделы)  | Защита<br>ИАР |
|---|---|---------------|
| ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Медико-биологические основы физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</li> <li>• Биомеханика</li> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Социальная защита инвалидов</li> <li>• Этика в профессиональной деятельности</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Врачебный контроль в адаптивной физической культуре</li> <li>• Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> </ul> | +             |
| ПК-2. Способен развивать  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Теория и методика физической культуры и спорта</li> <li>• Теория и организация адаптивной физической культуры</li> </ul>   | +             |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>  | <p>культуры</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Частные методики адаптивной физической культуры</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> <li>• Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>  |   |
| <p>ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры</p> | <p>культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Теория и методика физической культуры и спорта</li> <li>• Теория и организация адаптивной физической культуры</li> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Частные методики адаптивной физической культуры</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Врачебный контроль в адаптивной физической культуре</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> </ul> | + |
| <p>ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.</p>          | <p>культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте, спортивная медицина</li> </ul>  | + |

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА» осуществляется аттестационной комиссией в форме защиты итоговой аттестационной работы.

К итоговым аттестационным испытаниям допускаются слушатели, успешно завершившие в полном объёме освоение дополнительной профессиональной программы, в соответствии с требованиями профессионального стандарта.

Объём итоговой аттестации в соответствии с учебным планом составляет 8 часов.

Проведение итоговой аттестации является способом определения соответствия результатов освоения слушателями ДПП планируемыми результатам обучения и имеет своей целью показать способность и умение слушателей, опираясь на полученные знания, сформированные умения, профессиональные владения, самостоятельно решать на современном уровне задачи новой профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

При условии успешного прохождения итогового аттестационного испытания, выпускнику присваивается квалификация «Инструктор по адаптивной физической культуре» и выдается документ установленного образца о квалификации (диплом о профессиональной переподготовке).

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Итоговая аттестационная работа представляет собой самостоятельную и логически завершённую итоговую аттестационную работу, связанную с решением задач того вида (видов) деятельности, к которым готовится слушатель (педагогической, воспитательная, развивающая, реабилитационная (восстановительная), компенсаторная, профилактическая, научно-исследовательская, организационно управленческая).

Тематика итоговой аттестационной работы должна быть направлена на решение профессиональных задач в соответствии с видами профессиональной деятельности.

При выполнении итоговой аттестационной работы, слушатели должны показать свои знания и умения и опыт деятельности, опираясь на полученные углублённые знания, умения и сформированные профессиональные компетенции, самостоятельно решать на современном уровне задачи профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, научно аргументировать и защищать свою точку зрения.

1. Тема итоговой аттестационной работы должна соответствовать направленности ДПП профессиональной переподготовки.

2. Приоритетными являются темы итоговой аттестационной работы, рекомендуемые кафедрами, обучающими по той или иной программе. Перечень рекомендуемых кафедрами тем может ежегодно обновляться, в зависимости от тенденций развития отрасли и актуальных требований деятельности. Список рекомендуемых тем, равно как и список научных руководителей утверждается на заседании профилирующей кафедры в начале каждого учебного года.

3. Слушателю предоставляется право самостоятельного выбора темы итоговой аттестационной работы на основе утверждённого перечня или возможность разработки темы, не вошедшей в перечень, при обосновании её актуальности и целесообразности.

4. Тема итоговой аттестационной работы и научный руководитель должны быть определены на 1 – 2 неделе обучения.

Итоговая аттестационная работа представляется в печатном виде, на русском языке. ИАР должна иметь чёткую структуру и включать в себя:

- введение,
- 2-3 главы,



- заключение (выводы),
- список использованной литературы,
- при необходимости – приложения.

Текст работы начинается с титульного листа. На следующей странице даётся оглавление работы с перечислением написанных глав, параграфов, разделов, приложений с указанием страниц. Оглавление должно включать все заголовки, имеющиеся в работе. Формулировка их должна точно соответствовать содержанию работы, быть краткой, чёткой, последовательно и точно отражать ее внутреннюю логику. Во введении автор должен обосновать актуальность, цели и задачи проекта. В главах работы автор раскрывает содержание планирования и подготовки мероприятия, анализирует его проведение и результаты, наиболее значимые проблемы и способы их решения. Тематика проекта должна соответствовать направленности ДПП профессиональной переподготовки.

Итоговая аттестационная работа оформляется в соответствии с требованиями к оформлению научных и учебных работ. Все листы работы, начиная с введения, нумеруются. Нумерация страниц должна быть сквозной. Список литературы также необходимо включать в сквозную нумерацию. Каждый из разделов ИАР начинается с новой страницы. В начале каждого заголовка ставится соответствующий номер. Итоговые аттестационные работы могут включать различные графические иллюстрации (карты, графики, схемы, таблицы, рисунки, фотоиллюстрации и т.п.). Они размещаются сразу же после ссылки на них в тексте работы, а при большом количестве их можно помещать в приложениях. Каждая иллюстрация сопровождается подписью. Допускаются приложения к ИАР в виде аудио-, видео- и др. материалов, мультимедийных презентаций и т.п.

**Примерная тематика итоговых аттестационных работ** по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Адаптивная физическая культура: физкультурно-оздоровительные мероприятия и спортивно-массовая работа» составлена в соответствии с трудовыми функциями профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»:

- 1) Развитие ориентировки в пространстве у детей младшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 2) Развитие силовых способностей на уроках адаптивного физического воспитания детей старшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 3) Коррекция функций слухового анализатора у детей с нарушением слуха в процессе адаптивного физического воспитания
- 4) Использование музыкального сопровождения на уроках адаптивного физического воспитания у детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 5) Развитие динамического равновесия у школьников с отклонениями в состоянии здоровья средствами игр с мячом (нозологическая группа по выбору)
- 6) Коррекция функций зрительного анализатора у детей с нарушением зрения в процессе адаптивного физического воспитания
- 7) Развитие координационных способностей у детей среднего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 8) Обучение технике ходьбы детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 9) Коррекция функционального состояния опорно-двигательного аппарата у детей, перенесших повреждения спинного мозга средствами спортивных игр
- 10) Развитие функции внешнего дыхания у детей школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору) средствами подвижных игр

- 11) Развитие скоростно-силовых способностей у детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 12) Применение средств танцевальной терапии в работе с детьми с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 13) Коррекция координационных способностей у детей с нарушением интеллекта средствами строевых упражнений
- 14) Воспитание морально-волевых качеств у детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору) в процессе адаптивного физического воспитания
- 15) Применение элементов нетрадиционных оздоровительных технологий в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 16) Совершенствование технико-тактической подготовки спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 17) Специальная физическая подготовка детей с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 18) Применение игрового метода в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 19) Общая физическая подготовка спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 20) Обучение основам техники бега с лидером спортсменов с депривацией зрения.
- 21) Предсоревновательная подготовка пловцов с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
- 22) Применение средств восстановления в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 23) Планирование и учет нагрузки в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 24) Обучение тактике командной игры спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 25) Учет сенситивных периодов развития физических качеств в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору).
- 26) Психологическая подготовка спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
- 27) Социализация спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов) в процессе занятий адаптивным спортом (нозологическая группа по выбору).
- 28) Развитие функций вестибулярного анализатора у спортсменов с нарушением слуха в процессе занятий избранном виде спорта (вид спорта по выбору).
- 29) Организация и содержание тренировочного процесса спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору).
- 30) Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору).

## Перечень литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для подготовки:

### ОСНОВНАЯ:

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
3. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453942>
4. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136>
5. Михайлова, Е.Я. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушениями речи : учебное пособие / Е.Я. Михайлова, Д.Н. Саратова, О.Э. Евсеева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 126 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136>
7. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>
9. Токарская, Л. В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие для вузов / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук. — Москва : Издательство Юрайт, 2020 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 190 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06126-0 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1905-3 (Изд-во Урал. ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453286>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов, Т.С. Морозова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 399, [2] с. : ил.

2. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов, Т.С. Морозова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 399, [2] с. : ил.
3. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
4. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. : ил.
5. Балашова, В.Ф. Теория и организация адаптивной физической культуры . Тестовый контроль знаний : учебное пособие / В.Ф. Балашова. - 2-е изд. - Москва : Физическая культура, 2009. - 189 с.
6. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие / Т.П. Бегидова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 190, [1] с. : ил.
7. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 614, [1] с. : ил.
8. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
9. Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; под общ. ред. С. П. Евсеева. - [3-е изд., испр. и доп.]. - Санкт-Петербург : [Галлея принт], 2013. - 274, [1] с. : ил.
10. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.
11. Козлова, О.А. Адаптивная физическая культура = Adaptive physical education : учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаева; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва : Проспект, 2019. - 63, [1] с.
12. Ладыгина, Е.Б. Частные методики адаптивной физической культуры для лиц пожилого и старшего возраста : учеб.-метод. пособие / Е.Б. Ладыгина, О.Э. Евсеева, А.В. Антонова. - СПб. : [б. и.], 2010. - 119 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
13. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>
14. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

15. Рачицкая, А.И. Адаптивная физическая культура детей с церебральным параличом : учебное пособие / А.И. Рачицкая. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. - 95 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
16. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
17. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. - Москва : Советский спорт, 2015. - 163, [1] с. : ил.
18. Сапего, А.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>
19. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т.1 : Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010. - 291 с.
20. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2009. - 447 с. : ил.
21. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>
22. Токарская, Л.В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью : учебное пособие / Л.В. Токарская, Н.А. Дубровина, Н.Н. Бабийчук; Уральский федеральный университет им. Первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. - 188, [2] с. : ил.
23. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / [под ред. Л.В.Шапковой]. - Москва : Советский спорт, 2009. - 603 с. : ил.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

#### **3.1 Кадровое обеспечение реализации программы**

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью.

Доля преподавателей, имеющих ученую степень и (или) ученое звание, в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной программе, составляет 60 % преподавателей.

#### **3.2 Учебно-методическое обеспечение программы**

В соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 01 июля 2013 г. N 499 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» организация образовательного процесса при реализации данной ДПП регламентируется учебным планом; рабочими программами учебных дисциплин (модулей); материалами, обеспечивающими качество подготовки обучающихся; годовым календарным учебным графиком, а также методическими материалами, обеспечивающими реализацию соответствующих образовательных технологий.

Реализация дистанционных образовательных технологий и электронного обучения включает в себя доступ слушателей к электронным информационной среде образовательной организации, возможность ознакомления с мультимедийным сопровождением изучаемого материала, проведение онлайн-тестирования.

### **4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Компонентный состав компетенций (4 компетенции) формируется при комплексном освоении слушателями всех видов профессиональной деятельности по ДПП, а также в ходе закрепления знаний, полученных в процессе теоретического обучения, и приобретения необходимых профессиональных умений и навыков, опыта практической и самостоятельной работы.

Результат обучения сформированные компетенции. Успешность освоения ДПП профессиональной переподготовки осуществляется посредством текущего контроля (проверка усвоения учебного материала, осуществляемая на протяжении обучения: проведение контрольных работ, тестирование, контроль самостоятельной работы слушателей.).

Успешность освоения ДПП осуществляется посредством промежуточной аттестации (подведение итогов проделанной работы обучающегося; промежуточная аттестация может проводиться по результатам текущего контроля).

В рамках проведения итоговой аттестации проверяется степень освоения следующих компетенций:

| Компетенции  | Дисциплины (модули)<br>(разделы)  | Защита<br>ИАР |
|--|---|---------------|
| <p>ПК-1. Способен планировать и организовывать работу по проведению групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Медико-биологические основы физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</li> <li>• Биомеханика</li> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Социальная защита инвалидов</li> <li>• Этика в профессиональной деятельности</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Врачебный контроль в адаптивной физической культуре</li> <li>• Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> </ul> | +             |
| <p>ПК-2. Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Теория и методика физической культуры и спорта</li> <li>• Теория и организация адаптивной физической культуры</li> <li>• Частные методики адаптивной физической культуры</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Адаптивное физическое воспитание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в сфере образования</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> <li>• Всероссийском физкультурно-</li> </ul>   | +             |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья   |   |
| ПК-3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Медико-биологические основы физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</li> <li>• Теория и методика физической культуры и спорта</li> <li>• Теория и организация адаптивной физической культуры</li> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры (специальная психология и педагогика, психология болезни и инвалидности)</li> <li>• Частные методики адаптивной физической культуры</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Врачебный контроль в адаптивной физической культуре</li> <li>• Адаптивный спорт, структура и содержание</li> </ul> | + |
| ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по программам адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Медико-биологические основы физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (анатомия, физиология, биохимия)</li> <li>• Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)</li> <li>• Технологии физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>• Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте, спортивная медицина</li> </ul>  | + |



## **5. Нормативно-правовая база для разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки.**

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Адаптивная физическая культура: физкультурно-оздоровительные мероприятия и спортивно-массовая работа» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденный приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 02 апреля 2019 г. № 197н.0

– Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017г. № 942.

**6. Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки**

Д-р. пед. наук, профессор,  
профессор каф. ТиМАФК  
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург  
Евсеев С.П.

---

(подпись)

Д-р. пед. наук, профессор,  
Директор Института АФК  
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург  
Евсеева О.Э.

---

(подпись)

К. пед. наук, доцент,  
доцент каф. ТиМАФК  
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург  
Вишнякова Ю.Ю.

---

(подпись)

Генеральный директор Специального олимпийского  
комитета Санкт-Петербурга,  
Президент Спортивной Федерации спорта  
инвалидов Санкт-Петербурга  
Гутников С.В.

---

(подпись)