

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Директор института

А.В.Гадалов

« 31 » августа 2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория и организация адаптивной физической культуры»

(наименование дисциплины)

**49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

(код и наименование направления подготовки (специальности))

Адаптивное физическое воспитание

направленность (профиль) подготовки

Владимир 2021

2021
2021

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» является теоретическая подготовка студентов, будущих менеджеров и педагогов (инструкторов) по адаптивной физической культуре к организаторской и педагогической деятельности в области адаптивного физического воспитания с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

Задачи дисциплины:

- научить разрабатывать современные технологии проведения занятий в адаптивном физическом воспитании;
- научить подбирать соответствующие средства интеллектуального, эмоционально-волевого, нравственного, эстетического, экологического и других видов воспитания личности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» относится к обязательной части.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-3 - способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования	ОПК-3.1. <u>Знать</u> : психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья; показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании физической нагрузки. ОПК-3.2. <u>Уметь</u> : использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся. ОПК-3.3. <u>Владеть</u> способами применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного	Знает: двигательные, психические, сенсорные нарушения развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья, их причины, время возникновения, степень поражения, сопутствующие заболевания, вторичные отклонения, разный уровень здоровья и сохраненных функций детей-инвалидов и Умеет: дифференцированно и индивидуально подходить к выбору средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры, решению коррекционных, компенсаторных, профилактических задач, сопряженных с процессом обучения, воспитания,	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Презентации

	развития занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья; частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний.	физического, психического, личностного развития занимающихся. Владеет: методами и методическими приемами обучения, воспитания, физического и психического развития занимающихся с различными формами заболеваний, вербальными и невербальными методами обучения, средствами и методами решения коррекционных задач, способами активизации познавательной деятельности	
ПК-1 Способен осуществлять отбор инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	ПК -1.1. <u>Знать</u> медицинские, возрастные и психофизические требования к инвалидам, лицам с ОВЗ, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций ПК -1.2. <u>Уметь</u> организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно-двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности ПК -1.3. <u>Владеть</u> методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленных на этап начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья	Знает медицинские, возрастные и психофизические требования к инвалидам, лицам с ОВЗ, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций Умеет использовать информацию об этиологии и патогенеза основных заболеваний для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий лечебными физическими нагрузками Владеет методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленных на этап начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Презентации
ПК-2 – способен к развитию у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном виде адаптивного спорта	ПК -2.1. <u>Знать</u> методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин) ПК -2.2. <u>Уметь</u> выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических и психических качеств с учетом показаний и	Знает методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Умеет применять современные методики и технологии, в том числе и информационные, для	

	<p>противопоказаний; использовать технические средства, методики и прием физической помощи для обучения занимающихся двигательным действиям, развития и совершенствования качеств и способностей в виде (спортивной дисциплине) адаптивного спорта ПК -2.3. Владеть способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и особенностям влияния физической культуры на организм человека, истории и правилам вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	<p>обеспечения качества учебно-воспитательного процесса на конкретной образовательной ступени в виде (спортивной дисциплине) адаптивного спорта. Владеет способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и особенностям влияния физической культуры на организм человека, истории и правилам вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	
<p>ПК-3- способен к планированию и контролю результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	<p>ПК-3.1 Знать порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта ПК-3.2 Уметь использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения) ПК-3.3 Владеть способами составления проекта годового плана подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта(группе спортивных дисциплин)</p>	<p>Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения) Владеет способами составления проекта годового плана подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта(группе спортивных дисциплин)</p>	

**Тематический план
форма обучения – заочная, на базе ВПО**

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа

№ п/ п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы в форме практической подготовки		
1	Понятие об адаптивной физической культуре, цель и приоритетные задачи, роль и место в физической реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья	3	1-2				13	
2	История становления адаптивной физической культуры как отдельного направления реабилитации и адаптации в социальной среде лиц с отклонениями в состоянии здоровья в РФ и зарубежом.	3	3-4				13	Рейтинг – контроль 1
3	Организация адаптивной физической культуры. Средства, методы, формы АФК	3	5-6		2	0,5	14	
4	Адаптивное физическое воспитание	3	7-8	1	2	0,75	13	
5	Адаптивная двигательная рекреация, как компонент адаптивной физической культуры	3	9-10	1		0,25	14	Рейтинг – контроль 2
6	Адаптивный спорт, виды соревнований.	3	11-12	1		0,25	14	
7	Адаптивная физическая реабилитация	3	13-14	1	2	0,75	13	
8	Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры	3	15-16				13	Рейтинг – контроль 3
Всего за 3 семестр:				4	6	2,5	107	экзамен (27)
Наличие в дисциплине КП/КР								
Итого по дисциплине				4	6	2,5	107	экзамен (27)

**Тематический план
форма обучения – заочная, на базе СПО**

Трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа

№ п/ п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	Понятие об адаптивной физической культуре, цель и приоритетные задачи, роль и место в физической реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья	3	1-2					13	
2	История становления адаптивной физической культуры как отдельного направления реабилитации и адаптации в социальной среде лиц с отклонениями в состоянии здоровья в РФ и зарубежом.	3	3-4					13	
3	Организация адаптивной физической культуры. Средства, методы, формы АФК	3	5-6					13	Рейтинг – контроль 1
4	Адаптивное физическое воспитание	3	7-8	1	1		0,5	14	
5	Адаптивная двигательная рекреация, как компонент адаптивной физической культуры	3	9-10	1	1		0,5	14	
6	Адаптивный спорт, виды соревнований.	3	11-12	1	1		0,5	14	Рейтинг – контроль 2
7	Адаптивная физическая реабилитация	3	13-14	1	1		0,5	14	
8	Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры	3	15-16					14	Рейтинг – контроль 3
Всего за 3 семестр:				4	4		2	109	экзамен (27)
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине				4	4		2	109	экзамен (27)

Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1. Понятие об адаптивной физической культуре, цель и приоритетные задачи, роль и место в физической реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
«Врачебный контроль в адаптивной физической культуре»**

Направление подготовки (специальность)	49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
Направленность (профиль) подготовки	Адаптивное физическое воспитание
Цель освоения дисциплины	сформировать у студентов знания, исследовательские и практические умения по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом, медицинского обеспечения физкультурной и спортивной деятельности инвалидов, объективная оценка их состояния и обоснованный выбор двигательных режимов, допустимых физических нагрузок
Общая трудоемкость дисциплины	заочное - 3 зачетные единицы, 108 часов заочное, на базе ВПО - 4 зачетные единицы, 144 часа заочное, на базе СПО - 4 зачетные единицы, 144 часа
Форма промежуточной аттестации	экзамен
Краткое содержание дисциплины:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация врачебного контроля в АФК. Врачебный контроль в комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Нормативно-правовая база развития спортивной медицины 2. Спортивно-медицинская классификация инвалидов. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам 3. Нагрузочные тесты и критерии контроля инвалидов, перенесших ампутации конечностей 4. Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием 5. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов с патологией слуха. 6. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов с нарушением умственного развития 7. Особенности занятий физическими упражнениями со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Специальная медицинская группа, подготовительная медицинская группа 8. Медицинский контроль во время массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 9. Допинг-контроль в системе медицинского обеспечения международных спортивных соревнований

Аннотацию рабочей программы составил _____

(ФИО, должность, подпись)

отклонениями в состоянии здоровья. Характеристика специфических функций адаптивной физической культуры — функций источника физического (физкультурного) образования, оптимизации физического состояния и развития инвалидов.

Тема 2. История становления адаптивной физической культуры как отдельного направления реабилитации и адаптации в социальной среде лиц с отклонениями в состоянии здоровья в РФ и зарубежом

Содержание. Первый исторический этап: В.П. Кащенко (1912), лечебно-оздоровительные мероприятия, школы-санатории, А.Н. Граборов - вовлечение умственно отсталых детей в разнообразную деятельность, требующую затрат определенных мышечных усилий. Всероссийская конференция по борьбе с детской дефективностью, вспомогательные школы - «психическая ортопедия». Военно-физкультурная подготовка во вспомогательных школах. Д.И. Азбукин (НИИ дефектологии АПН СССР), Г.М. Дульнев и др. Второй этап развития адаптивного физического воспитания лиц с поражением интеллекта, А.С. Самыличев, Н.А. Козленко. Третий этап - внедрение во вспомогательные школы «инвалидно-охранительного режима» на занятиях физическими упражнениями. В.М. Мозговой, возможности усвоения учащимися вспомогательной школы сложных двигательных действий. Четвертый этап развития АФВ - этап акцентированного внимания на развитие двигательных качеств детей с нарушением интеллекта (Б.В. Сермеев, Р.А. Белов, В.М. Туманцев, А.Н. Плешаков, Ю.И. Гожев, А.Г. Хасин, А.А. Зеленев, А.А. Дмитриев и др.). Пятый этап - внедрение спортивной деятельности в жизни учащихся вспомогательной школы - адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, лечебная физическая культура в комплексную реабилитацию и социальной интеграции лиц с поражением интеллекта. Развитие в мире Специального олимпийского движения. Первые публикации о спорте для лиц с отклонениями в развитии интеллекта («Дефектология»). «Специальная олимпиада России», Специальный олимпийский комитет Санкт-Петербурга (президент В.Л. Мутко, генеральный директор СВ. Гутников).

Тема 3. Организация адаптивной физической культуры. Средства, методы, формы АФК

Содержание. Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Правовые основы организации адаптивной физической культуры. Адаптивная образовательная программа, индивидуальная программа реабилитации. Основные категории граждан, отнесенные к «лицам с отклонениями в состоянии здоровья»: 1 – инвалиды, 2 – лица (обучающиеся) с ограниченными возможностями здоровья, 3 – обучающиеся и студенты специальных медицинских групп, 4 – другие категории лиц, имеющих хронические заболевания, находящихся на стадии ремиссии, и др. Характеристика объекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре. Компоненты (виды) АФК. Основные учреждения и организации, в которых работают специалисты по адаптивной физической культуре. Средства АФК. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Классификация технических средств. Тренажеры. Естественно-средовые и гигиенические средства. Методы адаптивной физической культуры. Методы стимулирования учебной деятельности. Методы контроля и самоконтроля в обучении. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре.

Тема 4. Адаптивное физическое воспитание

Содержание. Организация адаптивного физического воспитания (АФВ) в системе специального образования. Отличительные черты АФВ. Цели, задачи и функции АФВ. Характеристика содержания занятий по АФВ. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям. Отличительные черты методики развития физических способностей. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии.

Тема 5. Адаптивная двигательная рекреация, как компонент адаптивной физической культуры

Содержание. Организация адаптивной двигательной рекреации (АДР). Цели, задачи и функции АДР. Характеристика содержания занятий по АДР, условия проведения. Адаптивный туризм, ориентирование по тропам. Водные, игровые, танцевальные виды АДР. Спартианская программа АДР. Взаимодействие с животными.

Тема 6. Адаптивный спорт (АС), виды соревнований.

Содержание. Адаптивный спорт в России и зарубежом. Отличительные черты АС, цели и задачи. Классификация основных направлений АС, модели соревновательной деятельности. Классификация лиц, занимающихся АС. Паралимпийское движение. Виды подготовки спортсменов – паралимпийцев. Построение спортивной тренировки. Специальное олимпийское движение. Программы «Объединенный спорт», «Специальная Олимпиада – приСОЕдиняйтесь!», программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. Паралимпийская программа лиц с интеллектуальными нарушениями как высший этап Специальной Олимпиады

Тема 7. Адаптивная физическая реабилитация (ФР)

Содержание. Организация ФР. Классификация видов реабилитации (по В. З. Кантору). Основная цель адаптивной физической реабилитации, функции (педагогическая, лечебно-восстановительная, коррекционно-компенсаторная, профилактическая, функция самореабилитации, профессионально-подготовительная).

Тема 8. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры

Содержание. Организация креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практик адаптивной физической культуры, отличительные черты, экстремальные виды двигательной активности. Цели, задачи, функции, принципы.

Содержание практических занятий по дисциплине

Тема 4. Адаптивное физическое воспитание

Содержание. Составление плана урока физического воспитания для 1-2 класса вспомогательной школы с детьми с нарушением зрения.

Тема 5. Адаптивная двигательная рекреация, как компонент адаптивной физической культуры

Содержание. Составление программы однодневного туристического похода для детей разного возраста вспомогательной школы с нарушениями слуха.

Тема 6. Адаптивный спорт (АС), виды соревнований.

Содержание. Составление программы тренировки двигательной активности лиц разного возраста с тяжелыми умственными поражениями.

Тема 7. Адаптивная физическая реабилитация (ФР)

Содержание. Подготовка схемы обучения самореабилитации лиц после травм нижних конечностей разной степени тяжести..

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

5.1 Текущий контроль успеваемости

Рейтинг-контроль 1. Тестовые задания

1. В каком году впервые в нашей стране была утверждена специальность высшего профессионального образования 022500 -«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)?

- а. 1996
- б. 1997
- в. 2000
- г. 1886

2. Проект ГОС первого поколения по адаптивной физической культуре, а также пакет всех необходимых для открытия новой специальности документов были разработаны на кафедре...

- а. Т и М АФК Санкт Петербургской государственной академии физической культуры им. П. Ф. Лесгафта.

б. Т и М АФК Российской государственной академии физической культуры, спорта и туризма.

в. Т и МФВ Волгоградской государственной академии физической культуры.

г. АФК Тольяттинского государственного университета.

3. Автором большинства глав и общим редактором первого учебника по теории и организации адаптивной физической культуры является профессор...

а. Евсеев С. П.

б. Бирюков А. А.

в. Лубышева Л. И.

г. Чесноков Н. Н.

4. Содержание основной образовательной программы подготовки специалиста по адаптивной физической культуре представлено в Госстандарте четырьмя крупными блоками...

а. Теория и методика физической культуры, медицина, специальная педагогика, специальная психология.

б. Физическая культура, медицина, коррекционная педагогика, адаптивная физическая культура.

в. Теория и организация адаптивной физической культуры, медицина, научно-методическая деятельность, коррекционная педагогика.

г. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения, физическая реабилитация, частная патология, психология развития.

5. Лицам, успешно освоившим основную образовательную программу ВПО по специальности «Адаптивная физическая культура», присваивается квалификация...

а. Специалист по физической культуре.

б. Специалист по адаптивной физической культуре.

в. Педагог по адаптивной физической культуре.

г. Бакалавр физической культуры.

6. Классификация видов реабилитации, предложенная В. З. Кантором (2000г.), предусматривает выделение трех классификационных признаков в зависимости от...

а. охватываемых сфер жизнедеятельности, степени восстановления, применяемых технологий.

б. направлений: социально-трудового, социально-бытового, социальнокультурного.

в. степени восстановления: первоначальной, элементарной, полной.

г. технологий: медицинской, инженерной, психологической.

7. В чьи должностные обязанности входит проведение групповых и индивидуальных занятий с инвалидами и лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, всех возрастных и нозологических групп по направлению врача или учреждения Государственной службы медикосоциальной экспертизы?

а. инструктора-методиста по адаптивной физической культуре (включая старшего)

б. инструктора-методиста по лечебной физической культуре

в. специалиста по адаптивной физической культуре

г. тренера-преподавателя по адаптивной физической культуре (включая старшего)

8. В каком году в Москве был открыт первый кабинет лечебной гимнастики?

а. 1830

б. 1905

в. 1700

г. 1992

9. Основоположником физического воспитания, создателем оригинальной системы физического образования, основателем института по подготовке педагогических кадров по физическому образованию является...

а. М. В. Ломоносов

б. С. П. Боткин

в. П. Ф. Лесгафт

г. Н. И. Пирогов

10. Основой, базой первого этапа развития адаптивной физической культуры для инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата послужила...

- а. Врачебная гимнастика.
- б. Лечебная физическая культура.
- в. Рациональная гимнастика.
- г. Лечебная гимнастика.

11. Первый этап развития и становления адаптивной физической культуры в нашей стране начался...

- а. в период Второй мировой войны с введения в практику ЛФК элементов спорта и длился до 1979 года
- б. в 1974 году с создания многопрофильных центров реабилитации инвалидов в 1987 году с проведения 1-х Всероссийских игр инвалидов с ПОДА в г. Омске
- г. в 1980 году с создания первой в СССР Федерации спорта инвалидов в г. Ленинграде

12. Основателем развития адаптивного спорта в стране среди инвалидов-ампутантов является...

- а. Министерство здравоохранения СССР
- б. Госкомспорт СССР
- в. Ленинградский научно-исследовательский институт протезирования
- г. Академия физической культуры и спорта им. П. Ф. Лесгафта

Рейтинг-контроль 2. Практические работы

- 1. Составление плана урока физического воспитания для 1-2 класса вспомогательной школы с детьми с нарушением зрения.
- 2. Составление программы однодневного туристического похода для детей разного возраста вспомогательной школы с нарушениями слуха.
- 3. Составление программы тренировки двигательной активности лиц разного возраста с тяжелыми умственными поражениями.

Рейтинг-контроль 3. Тестовые задания

1. Адаптивный спорт, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности личности в...

- а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства
- б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении
- в. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации и коммуникативной деятельности
- г. подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре

2. Адаптивная двигательная рекреация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в...

- а. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре
- б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении
- в. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни
- г. реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации

3. Адаптивная физическая реабилитация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в ...

а. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре

в. лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда, в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности)

г. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни

4. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяют потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в...

а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства б. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни

в. восстановлении временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности)

г. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре

5. Экстремальные виды двигательной активности, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяют потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в...

а. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни

б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре

в. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении

г. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства

6. К нарушению развития всех сторон речи, а в ряде случаев к полному ее отсутствию, приводят...

а. полная или частичная потеря зрения

б. недостаточность слуха

в. последствия детского церебрального паралича

г. ампутация конечностей

7. Множественные двигательные расстройства в виде гипертонуса мышц, атрофии мышц, развития контрактур и Др. наблюдаются у детей с...

а. умственной отсталостью

б. потерей слуха

в. последствиями детского церебрального паралича

г. полной или частичной потерей зрения

8. Наиболее типичными двигательными расстройствами, характерными для всех нозологических групп являются...

а. вынужденное снижение двигательной активности, сокращение объема и интенсивности двигательной деятельности, снижение энергетических затрат

б. ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты и мощности движений, выносливости, ловкости, подвижности в суставах

в. нарушение координационных способностей, которые негативно отражаются на качестве движений, необходимых в учебной, трудовой, бытовой деятельности

г. низкий уровень развития физических качеств, нарушение координационных способностей, нарушение осанки, деформация стоп, гипокинезия

9. Какие аномалии развития сопровождаются не только расстройствами моторики и координации, но и нарушениями высших психических функций?

- а. нарушения слуха, зрения, интеллекта, ДЦП
- б. нарушения слуха, травмы позвоночника, ампутации конечностей
- в. нарушения зрения, переломы конечностей, ДЦП
- г. нарушения интеллекта, деформации стоп, позвоночника

10. Для реализации управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре специалисту необходимо знать...

- а. информацию об исходном состоянии управляемой системы (инвалида): степень основного дефекта, наличие сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, медицинских противопоказаний и ограничений на двигательную активность и др.
- б. исходное состояние управляемой системы; средства и методы воздействия на нее управляющей системы (педагога); регистрации реакций системы на воздействия и коррекция воздействий (педагога); состояние управляемой системы на выходе (цель)
- в. цель управления - конечное состояние управляемой системой (инвалидом): формирование ценностей физической культуры личности занимающегося, его личностное развитие, социализацию и интеграцию в общество
- г. особенности моделирования, прогнозирования и планирования динамики индивидуальных показателей занимающихся, позволяющие решить поставленные цели управления; закономерности управляющих воздействий; контроль

11. Общими профессионально важными качествами личности специалиста (независимо от специфики труда) являются...

- а. добросовестность, эмоциональная стабильность, психологическая устойчивость
- б. целеустремленность
- в. обязательность, склонность к спокойствию, стойкость
- г. настойчивость, склонность к самоконтролю, активность

12. Какому виду адаптации характерен процесс активного приспособления человека к социальной среде с целью оптимизации своей деятельности в соответствии с существующими социальными установками?

- а. адаптации анализаторов
- б. социальной адаптации
- в. физиологической адаптации
- г. психической адаптации

13. Как называется усложненная форма адаптации, при которой относительно здоровый орган принимает на себя частичное выполнение функций пораженного или больного органа, функционально разгружая его?

- а. компенсация
- б. реабилитация
- в. коррекция
- г. стимуляция

14. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата называются...

- а. подводящими
- б. имитационными
- в. корригирующими
- г. общеразвивающими

15. Английский врач Людвиг Гутман, улучшая и совершенствуя методику занятий с инвалидами, повышая ее эффективность, после Второй мировой войны стал внедрять в практику занятий...

- а. элементы лечебной гимнастики
- б. физические упражнения
- в. плавание и упражнения в воде

г. элементы спорта

16. Введение в практику лечебной физической культуры элементов спорта и соревновательных моментов послужило толчком к развитию направления, получившего за рубежом название...

- а. физической культуры и спорта инвалидов
- б. реабилитационного спорта
- в. активной двигательной терапии
- г. спортивной терапии

17. Какое событие послужило основанием для возникновения нового, более совершенного этапа физкультурно-оздоровительного и спортивного движения инвалидов - спорта инвалидов?

- а. в 1948 г. в Сток-Мэндвиле проведены первые соревнования среди инвалидов с травмами и заболеваниями спинного мозга
- б. в 1976 г. в Альбервиле (Франция) состоялись первые официальные зимние Паралимпийские игры
- в. в 1960 г. прошли первые Олимпийские игры для инвалидов с поражением органов опоры и движения
- г. с 1988 года инвалиды Советского Союза стали принимать участие в Паралимпийских играх

18. Кто признан основателем паралимпийского движения и назван Его Святейшеством папой римским «Кубертенем парализованных» ?

- а. Хуан Антонио Самаранч
- б. Пьер де Кубертен
- в. Людвиг Гутман
- г. Валентин Дикуль

19. Первые Олимпийские игры, впоследствии получившие название «Паралимпийских», состоялись...

- а. в 1960 году, в Риме, для инвалидов-параплегиков
- б. в 1948 году, в Сток-Мэндвиле, для инвалидов с ПОДА
- в. в 1972 году, в Германии, для инвалидов с ампутациями конечностей
- г. в 1980 году, в Москве, для инвалидов с нарушениями интеллекта

20. Первые официальные зимние Паралимпийские игры были проведены в...

- а. 1992 году, в Барселоне
- б. 1976 году, во Франции
- в. 1980 году, в России
- г. 1968 году, в Мексике

21. Какова главная цель Специальной олимпиады?

- а. Достижение наивысших результатов в избранном виде спорта
- б. Установление рекордов, завоевание медалей и званий
- в. Социализация и интеграция лиц с нарушениями интеллекта в общество
- г. Физическое развитие и совершенствование занимающихся

22. Какая организация в нашей стране занимается вопросами организации адаптивного спорта лиц с нарушениями интеллекта?

- а. «Специальная олимпиада России»
- б. «Специальный олимпийский комитет»
- в. «Спешиал Арт (специальное искусство)»
- г. «Национальный олимпийский комитет»

23. Родоначальником какого направления стал Ленинградский научно-исследовательский институт протезирования, где по инициативе профессоров В. И. Филатова и В. К. Добровольского на отделении ЛФК стали вводиться в занятия с инвалидами...

- а. Гидропроцедуры и гидроаэробика
- б. Элементы различных видов спорта
- в. Физиопроцедуры и лечебная физическая культура
- г. Терренкур и туризм

5.2 Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (экзамен)

Контрольные вопросы

1. Раскройте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура».
2. В чем сходства и различия понятий «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья»?
3. В чем смысл терминов «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни»?
4. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры
5. Функции адаптивной физической культуры
6. Принципы адаптивной физической культуры
7. Теоретические основы адаптивной физической культуры
8. Понятие инвалидности
9. Понятие о реабилитологии как науке и учебной дисциплины
10. Организация международной системы реабилитации
11. Задачи, средства и формы адаптивной физической культуры
12. Задачи адаптивной физической культуры.
13. Классификация средств адаптивной физической культуры
14. Характеристика средств адаптивной физической культуры
15. Формы организации занятий адаптивной физической культурой
16. Дозированная ходьба и дозированное восхождение (терренкур) в адаптивной физической культуре
17. Ближний туризм для лиц с ограниченными возможностями здоровья
18. Оздоровительная аэробика для лиц с ограниченными возможностями здоровья
19. Плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья
20. Средства и формы адаптивной физической культуры
21. Методы адаптивной физической культуры
22. Методы формирования знаний и воспитания личности
23. Методы обучения двигательным действиям
24. Методы направленного развития двигательных способностей
25. Особенности методов в адаптивной физической культуре
26. Теоретические основы адаптивной физической культуры
27. Адаптивная физическая культура—неспецифический, патогенетический и функциональный метод лечения и профилактики заболеваний
28. Показания и противопоказания к назначению адаптивной физической культуры
30. Основы адаптивной физической культуры
31. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий в адаптивной физической культуре
32. Применение тренажеров в адаптивной физической культуре
33. Обучение и совершенствование двигательных действий с помощью тренажеров
34. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям
35. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре
36. Физическая нагрузка как структурная основа развития
37. Общая и специальная тренировка в адаптивной физической культуре
38. Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений с предметами
39. Составление и проведение комплексов упражнений на расслабление и на растягивание
40. Составление и проведение комплексов идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений
41. Составление и проведение комплексов корригирующих упражнений
42. Составление и проведение комплексов упражнений на координацию и тренировку вестибулярного аппарата
43. Составление и проведение комплексов статических упражнений и упражнений с сопротивлением

44. Составление и проведение комплексов статических и динамических дыхательных упражнений
 45. Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений на занятиях адаптивной физической культурой
 46. Организация и содержание адаптивного физического воспитания
 47. Средства и формы адаптивного физического воспитания
 48. Адаптивная двигательная рекреация и туризм. Цель, задачи, функции
 49. Природные рекреационные ресурсы и их использование в сфере адаптивной двигательной рекреации и туризма
 50. Особо охраняемые природные территории. Биоклимат и природные лечебные ресурсы
 51. Курортология и адаптивная рекреация. Типы лечебно-профилактических учреждений на курорте
 52. Адаптивная двигательная рекреация в условиях оздоровительных и туристических учреждений
 53. Историко-культурный потенциал и его использование в туристической деятельности инвалидов
 54. Общая характеристика основных составляющих туристической инфраструктуры
 55. Адаптивная двигательная рекреация по месту жительства инвалидов
 56. Особенности организации двигательной рекреации лиц с ограниченными возможностями здоровья
 57. Социально-бытовая адаптация человека с инвалидностью
 58. Методы обучения самообслуживанию и хозяйственно-бытовому труду
 59. Методы обучения элементам социально-средовой адаптации
 60. Методы социально-бытовой адаптации
 61. Креативные телесно-ориентированные практики и экстремальные виды двигательной активности
 62. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика креативных телесно-ориентированных практик
 63. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика экстремальных видов двигательной активности
 64. Методики креативных телесно-ориентированных практик и экстремальных видов двигательной активности у разных категорий лиц с ограниченными возможностями
 65. Медицинская реабилитация
 66. Основы медицинской реабилитации
 67. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с двигательными нарушениями
 68. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями интеллекта
 69. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями слуха и речи
 70. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями зрения
 71. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с соматическими нарушениями
 72. Профессиональная реабилитация
 73. Социальная реабилитация
 74. Адаптивный спорт в адаптивной физической культуре: понятия, цели, задачи, функции, методологические основы
 75. История развития адаптивного спорта. Становление и развитие Паралимпийского движения
 76. Нормативная правовая база адаптивного спорта. Спортивные общественные движения и объединения инвалидов
 77. Медицинское обеспечение и медико-реабилитационные аспекты в адаптивном спорте
 78. Спортивно-медицинская классификация инвалидов
 79. Безопасность при проведении спортивных мероприятий с инвалидами
 80. Допинг-контроль в медицинском обеспечении соревнований
 81. Теоретические и медико-биологические основы адаптивного спорта
 82. Содержание и методика адаптивно-спортивной тренировки
-

83. Методические особенности применения общепедагогических и специфических средств и методов в адаптивном спорте
84. Формирование личностных качеств и специальная психическая подготовка спортсменов-инвалидов
85. Общая и специальная физическая подготовка лиц с ограниченными возможностями здоровья
86. Техничко-тактическая подготовка.
87. Особенности обучения технике в адаптивном спорте
88. Проблемы формирования двигательных навыков у спортсменов-инвалидов
89. Особенности медико-педагогического обеспечения в адаптивном спорте
90. Особенности адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с различными нарушениями
91. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата
92. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями слуха и зрения
93. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями интеллекта
94. Планирование тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивном спорте
95. Контроль в адаптивном спорте.
96. Оптимизация процесса спортивной подготовки в адаптивном спорте
97. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте, ее специфика в системе «Special Olympic»
98. Особенности организации и проведения соревнований с инвалидами, имеющими различные нарушения
99. Адаптивный спорт у различных категорий инвалидов

5.3 Самостоятельная работа студентов

Самостоятельная работа студентов проводится в виде подготовки и написания рефератов по выбранной теме. Оформление реферата осуществляется в соответствии с методическими рекомендациями.

Перечень тем рефератов (презентаций) для самостоятельной работы студентов

1. Системная коррекция последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры
2. Физические упражнения для детей с нарушением зрения.
3. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата.
4. Простейшие методики самооценки работоспособности.
5. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.
6. Становление и развитие адаптивной физической культуры среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
7. Средства адаптивной физической культуры детей с отклонениями в интеллектуальном развитии.
8. Этапы развития спорта инвалидов (адаптивного спорта) за рубежом.
9. Федерация физической культуры и спорта инвалидов.
10. Становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране. Основные этапы.
11. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.
12. Организация физкультурно-спортивной работы в дошкольном учреждении.
13. Специальный олимпийский комитет.
14. Паралимпийский комитет России.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература		
1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5.	2020	https://e.lanbook.com/book/165141
2. Иванов, И. Н. Основы теории и организации адаптивной физической культуры. Курс лекций / И. Н. Иванов. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 240 с.	2016	https://e.lanbook.com/book/158067
3. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — ISBN 978-5-534-07862-6.	2019	https://urait.ru/bcode/438978
Дополнительная литература		
1. Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции «Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре» (7, 8, 9 июня 2018 года)	2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232812
2. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / С.П. Евсеев. - 2-е изд. М.: – Советский спорт, - 2015. - 296 с.	2015	https://textarchive.ru/c-2800078-pall.html

6.2. Периодические издания

1. «Теория и практика физической культуры»
2. «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»
3. «Спорт. Экономика. Право. Управление»
4. «Культура физическая и здоровье»
5. «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

6.3. Интернет-ресурсы

1. <https://www.rospotrebnadzor.ru/documents/documents.php> - сайт Роспотребнадзора, нормативные документы и методические материалы
2. <https://www.fferisman.ru/Publications/> - публикации материалов конференций и съездов гигиенистов России
3. <http://lesgaft.spb.ru/ru/lib/elektronnye-dostupy-biblioteki> - доступ к электронным образовательным ресурсам НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург

4. <http://se.sportedu.ru/> - программа конференций Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, Москва
5. https://www.sportacadem.ru/nauka/konkursy_i_granty/ - олимпиады, конкурсы Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Казань

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы

Практические работы проводятся в учебной аудитории 103 спортивного корпуса 3, имеющем таблицы стандартов физического развития, сантиметровые ленты, калькуляторы, секундомеры, линейки, материал для самоподготовки: раздаточный материал с методическими сопровождением и др.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения:

Операционная система семейства Microsoft Windows Open License: 61248656

Пакет офисных программ Microsoft Office Microsoft Open License. 62857078

Visual Studio Professional:MSDN подписка, договор № 259/15-44 АЭФ

Mathcad 14.0 M011 (14.0.1.286 [709051735]) лицензия: PKG-7518-FN

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандарт Educational Номер лицензии: 1356-150910-100039

Рабочую программу составил старший преподаватель Голубева Ирина
Анатольевна _____

(ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя) заместитель руководителя Управления
Роспотребнадзора по Владимирской области Ю.Б.Поцелуева _____

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е. _____

(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии
направления 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Председатель комиссии _____

(ФИО, подпись)

Батоцыренова Т.Е.