

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ
В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ**

Объем: 108 часов

Москва, 2025

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»
Протокол № 08-06-25 от « 13 » июня 2025 г.

Разработчики:

НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург:

Евсеева О.Э. – д.п.н., профессор, директор Института адаптивной физической культуры
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аксенов А.В. – к.п.н., доцент, заведующий кафедрой теории и методики адаптивного
спорта НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Матвеева С.С. – старший преподаватель кафедры теории и методики адаптивной
физической культуры НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Общая редакция РУС «ГЦОЛИФК»:

Крамской И.С. – к.ю.н., н.о. директора ИДО РУС «ГЦОЛИФК»

Мысенко Г.В. – к.п.н., доцент, зам. директора ИДО РУС «ГЦОЛИФК»

Рецензент:

Силаева Л.В. – ст. преп. каф. анатомии и
биологической антропологии
РУС «ГЦОЛИФК»

Программа разработана на основе дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ», утв. Федеральным учебно-методическим объединением в системе высшего образования (ФУМО) по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт 19 декабря 2022 года для реализации в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни»

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Правительства Российской Федерации от 10 апреля 2023 г. № 580 «О разработке и утверждении профессиональных стандартов»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Минобрнауки России от 24 марта 2025 г. № 266;
- приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- Методические рекомендации для организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по адаптивному спорту, утвержденные приказом Минспорта России от 26 января 2024 г. № 65.

Программа разработана на основе профессионального стандарта 05.002 «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Минтруда России от 02 апреля 2019 г. № 199н.

1.2. Категория слушателей:

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- лица, получающие среднее профессиональное или высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и о квалификации или справкой с места учебы.

1.3. Форма обучения: очная форма.

1.4. Трудоемкость обучения и режим занятий слушателей

Общая трудоемкость составляет 108 академических часов, в том числе: лекции – 38 часов, практические занятия – 32 часа, самостоятельная работа – 36 часов, итоговая аттестация - 2 часа.

Занятия проводятся в течение 3-4 недель 3-5 раз в неделю по 2-6 часов в день.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Цель реализации программы – совершенствование профессиональных компетенций и удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей и интересов слушателей в получении теоретических знаний, умений и опыта 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 и адаптивного спорта в рамках имеющейся квалификации в соответствии с требованиями к квалификации ПС 05.002 «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

Задачи программы:

- способствовать коррекции отклонений в состоянии здоровья, компенсации ограничений жизнедеятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями

здоровья, проходящих спортивную подготовку, спортсменов-инвалидов посредством их физической реабилитации, развития и поддержания спортивного потенциала для достижения высоких спортивных результатов;

- проводить групповые и индивидуальные занятия по адаптивному спорту с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов;

- обучить технике безопасности и предупреждению травматизма при проведении групповых и индивидуальных занятий по адаптивному спорту с лицами с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате обучения слушатель должен обладать следующими профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности: профессионального стандарта 05.002 «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»

Виды деятельности или трудовая функция (по ПС)	Профессиональные компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
ВД 1 Руководство общей физической и специальной подготовкой инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, проходящих спортивную подготовку, спортсменов-инвалидов в процессе реабилитационных мероприятий (уровень квалификации и по ПС «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»-5). ОТФ-А/5	ПК 1 Способность разрабатывать планы и структуру тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося на период реабилитационных мероприятий ТФ-А/01.5	-Анализ данных для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, характеристика типичных нарушений функций организма, уровень подготовленности занимающегося, длительность занятия, методические указания тренера, занимающегося); -Определение цели и задач тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающегося; -Выбор оптимальных для занимающегося форм и видов	-Вести отчетную документацию по планированию тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося; -Планировать содержание занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности занимающегося, особенностей его физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма; -Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями	-Теория и организация адаптивной физической культуры; -Методики адаптивной физической культуры; -Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре; -Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке; -Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке в адаптивной физической культуре и спорте; -Методики обучения технике выполнения комплексов упражнений по общей физической и специальной

		тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической); -Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки занимающегося; -Формирование содержания тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающегося, в том числе определение продолжительности, последовательности и выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений; -Определение требований к спортивному инвентарю и специализированному оборудованию, месту и гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке; -Определение	занимающихся; -Варьировать продолжительность тренировочной нагрузки, периодами отдыха между отдельными упражнениями, выявлять первые признаки напряжения, усталости занимающегося; -Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы спортивной подготовки занимающегося; -Анализировать условия, возможности достижения занимающимся результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, подбирать средства достижения занимающимся контрольных показателей тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке;	подготовке в виде адаптивного спорта; -Правила эксплуатации спортивных сооружений, специализированного оборудования и спортивного инвентаря, технических средств реабилитации инвалида; -Порядок составления и ведения документации по планированию занятий по общей физической и специальной подготовке;
--	--	---	--	--

		системы контрольных показателей и условий достижения результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающимся; -Подготовка и согласование планов и структуры тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке с тренером (группой тренеров) занимающегося;		
ПК 2 Способность проводить с занимающимися тренировочные занятия по общей физической и специальной подготовке ТФ-А/02.5	-Контроль готовности занимающегося к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке; -Анализ плана и структуры тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, корректировка структуры занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом физического состояния занимающихся, наличия специализированного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации; -Выполнение с занимающимися комплекса упражнений по общей физической подготовке (упражнения для гармоничного	-Использовать этические и деонтологические нормы в процессе коммуникации с занимающимися; -Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке, определять первые признаки напряжения и утомления; -Использовать методы фиксации результатов, занимающихся при проведении занятия по общей физической и специальной подготовке; -Вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся; -Разъяснять техники выполнения комплексов	-Теория и организация адаптивной физической культуры; -Этические и деонтологические нормы, правила взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; -Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств; -Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки; -Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским	

		развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения) с учетом физического состояния занимающегося, характеристики типичных нарушений функций организма; -Демонстрация комплекса упражнений по специальной подготовке для развития двигательных способностей (технический, физический, тактический и психический элемент) и компенсации недостающих качеств, контроль техники двигательных действий занимающихся; -Контроль безопасного выполнения занимающимися упражнений, включенных в план тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, безопасного использования специализированного оборудования и инвентаря,	упражнений по общей физической и специальной подготовке, правила техники безопасности при выполнении упражнений с использованием техник общения с инвалидами, лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья различных нозологических групп;	группам; -Порядок ведения отчетной документации по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся; -Правила использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации; -Приемы, способы страховки и самостраховки; -Комплексы упражнений по общей физической и специальной подготовке;
--	--	---	---	--

		организация первой помощи занимающемуся; -Фиксация контрольных показателей занимающихся по окончании тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, составление отчетности по результатам проведенного занятия;		
ПК 3 Способность осуществлять измерение и оценку общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки ТФ-А/03.5	-Подбор показателей и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся; -Разъяснение занимающимся целей и методов тестирования, руководство действиями занимающихся во время выполнения тестирования их общей физической и функциональной подготовленности; -Регистрация и фиксация контрольных показателей занимающегося по результатам тестирования; -Анализ медико-биологических, психологических данных о состоянии уровня специальной подготовленности занимающегося; -Аналитическая обработка собранных показателей для определения уровня физической подготовленности занимающегося в	-Проводить коммуникации с занимающимися с учетом нравственных и деонтологических норм; -Подбирать показатели и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся с учетом физического состояния занимающегося, особенностей патологии; -Вести отчетную документацию по фиксации результатов измерения и оценке общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся; -Использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие нормативам испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и плановым результатам спортивной	-Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта, основы общей патологии; -Методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося; -Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств; -Нормативы испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса; -Порядок составления документации по измерению и оценке физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося	

		соответствии с нормативами испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и эффективности соревновательных и тренировочных воздействий; -Корректировка цикла тренировки занимающегося по результатам тестирования;	подготовки занимающегося; -Давать рекомендации по содержанию и соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью реабилитации, сохранения функционального состояния и спортивной формы; -Применять техники общения с инвалидами, лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, различных функциональных групп; -Интерпретировать результаты тестирования уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося, вносить коррективы в цикл тренировки занимающегося;	
ПК 4 Способность консультировать тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической и специальной подготовки ТФ-А/04.5	-Ознакомление тренеров, занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки, с собственными выводами и рекомендациями по результатам интерпретации данных тестирования -Консультирование тренеров, занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки	-Использовать этические и деонтологические нормы в процессе коммуникации с занимающимися, тренерами; -Вести отчетную документацию по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической и специальной подготовки; -Пользоваться информационно-коммуникационным и технологиями и средствами связи; -Обеспечивать эффективность физической реабилитации, сохранение	-Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций; -Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств; -Технологии планирования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки в адаптивном спорте; -Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;	

		занимающегося, по содержанию самостоятельных тренировок занимающегося, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты); -Проведение физиологического обоснования отдельных комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр, программ физической реабилитации, планов спортивной подготовки, в том числе с целью прогнозирования воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, эффективности физической реабилитации занимающегося; -Разработка планов и программ спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки; -Проведение выступлений, обучающих занятий, семинаров по основам спортивной физиологии, теории адаптивного спорта, организации общей физической подготовки,	функционального состояния и спортивной формы занимающихся различных нозологических, возрастных и тендерных групп за счет рекомендаций по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), эффективного построения процесса совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося; -Использовать методы и технологии физиологического обоснования комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр для занимающихся; -Консультировать тренеров, занимающихся по прикладным вопросам физиологии спорта, теории адаптивного спорта, организации общей физической и специальной подготовки занимающихся; -Разъяснять занимающимся физиологические и организационные вопросы спортивной подготовки с использованием техник общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методов общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств; -Прогнозировать	-Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта, основы общей патологии; -Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки в адаптивном спорте; -Диетология, основы спортивного питания; -Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта; -Реабилитационные технологии в адаптивном спорте; -Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки в адаптивном спорте; -Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); -Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке.
--	--	---	--	---

		специальной подготовки занимающихся.	воздействие отдельных комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр на функциональное состояние и спортивную форму занимающегося.	
--	--	--------------------------------------	--	--

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебный план (Приложение 1 к дополнительной профессиональной программе повышения квалификации)

№ п/п	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоемкости	Всего, ауд. часов	В том числе		Самост. работа	Форма аттестации
				Лекции	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Раздел 1. Теория и организация адаптивной физической культуры	18	14	8	6	4	Текущий контроль
1.1	Тема 1.1. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	2	2	2	0	0	Устный опрос
1.2	Тема 1.2. Становление и развитие адаптивной физической культуры в Российской Федерации	4	2	2	0	2	Устный опрос

1.3	Тема 1.3. Виды адаптивной физической культуры, их краткая характеристика	4	4	2	2	0	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
1.4	Тема 1.4. Средства и методы адаптивной физической культуры	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
1.5	Тема 1.5. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	2	2	0	2	0	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
2.	Раздел 2. Социальная защита инвалидов	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.
3.	Раздел 3. Психология болезни и инвалидности	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
4.	Раздел 4. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос
5.	Раздел 5. Правила деонтологии и этики взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос
6.	Раздел 6. Адаптивный спорт	12	8	4	4	4	Текущий контроль. Устный опрос
6.1	Тема 6.1. Адаптивный спорт: структура и содержание	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
6.2	Тема 6.2. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте (в Паралимпийском, Сурлимбийском и Специальном олимпийском движениях)	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий

7.	Раздел 7. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	8	6	2	4	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
8.	Раздел 8. Футбол лиц с заболеванием церебральным параличом	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.
9.	Раздел 9. Спорт слепых	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
10.	Раздел 10. Спорт глухих	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
11.	Раздел 11. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.	8	6	2	4	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
12.	Раздел 12. Спортивно-медицинская классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
13.	Раздел 13. Профилактика травматизма при занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
14.	Раздел 14. Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта. Разрешение на терапевтическое использование	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.

15.	Раздел 15. Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом нозологической группы в рамках подготовки и участия во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов	10	6	2	4	4	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
16.	Итоговая аттестация	2	2	0	2	0	Зачет
	ИТОГО	108	72	38	34	36	

4.2. Календарный учебный график

График обучения Форма обучения	Аудитор. часов в день	Дней в неделю	Период проведения – общая продолжительность программы (дней, недель, месяцев)
очная	2-6	3-5	3-4 недели

4.3. Содержание рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) (рассматриваемые разделы и темы)

Раздел 1. Теория и организация адаптивной физической культуры

Тема 1.1 Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры

Лекции

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.

Тема 1.2. Становление и развитие адаптивной физической культуры в Российской Федерации

Лекции

Характеристика этапов развития адаптивной физической культуры в России. Образовательное, научное пространство адаптивной физической культуры в Российской Федерации.

Самостоятельная работа.

Становление и развитие адаптивной физической культуры в Российской Федерации. Представить характеристику.

Тема 1.3. Виды адаптивной физической культуры, их краткая характеристика.

Лекции

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).

Тема 1.4. Средства и методы адаптивной физической культуры

Лекции

Педагогические задачи адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Основное средство адаптивной физической культуры является физическое упражнение. Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства вербального (речевого) воздействия. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. Средства обеспечения наглядности. Технические средства и тренажеры. Естественно средовые и гигиенические средства. Понятия метод, методический прием, методика. Методы обучения (Метод формирования знаний. Методы обучения двигательным действиям). Методы воспитания. Методы формирования нравственного сознания. Методы формирования нравственного поведения. Методы регулирования, корректирования и стимулирования поведения и деятельности. Методы развития физических качеств и способностей.

Самостоятельная работа

Сформулировать и представить примеры профилактической, коррекционной и компенсаторной задач, и средства их решения. Предварительно, самостоятельно определить контингент занимающихся.

Тема 1.5. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре

Лекции

Факторы, определяющие стратегию прогресса обучения. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре.

Практические занятия

Практическая работа 1.1. Представить характеристику видов адаптивной физической культуры.

Практическая работа 1.2. Представить характеристику методов воспитания адаптивной физической культуры.

Практическая работа 1.3. Представить характеристику приемов физической помощи и страховки.

Раздел 2. Социальная защита инвалидов

Лекции

Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры, доступности физкультурно-спортивных объектов. Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида.

Самостоятельная работа.

Профессиональное образование инвалидов в Вашем районе, городе. Услуги, предоставляемые конкретными реабилитационными центрами в обучении, образовании, профессиональной адаптации инвалидов. Трудоустройство инвалидов. Учреждения, организации и предприятия, принимающие на работу инвалидов.

Раздел 3. Психология болезни и инвалидности

Лекции

Составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. Понятие инвалидности. Роль стигматизации в субъективном переживании ограничения возможностей. Возрастная психология (психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста).

Практические занятия

Практическая работа 3.1. Представить характеристику биологических механизмов формирования зависимостей при инвалидности.

Самостоятельная работа.

Личностные факторы формирования химических и нехимических зависимостей при инвалидности.

Раздел 4. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой

Лекции

Медицинские показания и противопоказания к занятиям по различным видам двигательной активности (плавание, легкая атлетика, подвижные и спортивные игры и др.); основы врачебного контроля в адаптивной физической культуре. Первая медицинская помощь на занятиях адаптивной физической культурой.

Самостоятельная работа.

Раскрыть основные противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой.

Раздел 5. Правила деонтологии и этики взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья

Лекции

Понятие об этике. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре. Общие и специфические этические требования общения с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Самостоятельная работа.

Раскрыть коммуникативные трудности у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Представить возможные варианты развития коммуникативных умений у детей на уроке адаптивного физического воспитания (с учетом нарушений развития). Раскрыть коммуникативные трудности с лицами пожилого и старшего возраста в процессе занятий адаптивной физической культурой.

Этические нормы общения с пожилыми людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Раздел 6. Адаптивный спорт

Тема 6.1. Адаптивный спорт: структура и содержание

Лекции

Отличительные черты паралимпийского спорта. Конкретизация цели и задач паралимпийского спорта. Конкретизация функций и принципов паралимпийского спорта. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки. Основные направления адаптивного спорта.

Самостоятельная работа.

Адаптивный спорт: структура и содержание.

Программа соревнований Летних и Зимних Паралимпийских игр для лиц с нарушением зрения.

Программа соревнований Паралимпийских игр для лиц с нарушением интеллекта.

Программа соревнований Летних и Зимних Паралимпийских игр для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

Тема 6.2. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте (в паралимпийском, Сурдлимпийском и Специальном олимпийском движениях)

Лекции

Традиционная модель соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности.

Практические занятия

Практическая работа 6.1. Составить глоссарий из 30 терминов по теме «Адаптивный спорт, структура и содержание».

Практическая работа 6.2. Составить таблицу, либо текстовое описание о выступлениях сборной России на Специальных Олимпиадах.

Самостоятельная работа.

Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте (в паралимпийском, Сурдлимпийском и Специальном олимпийском движениях). Изучить на конкретных примерах по видам адаптивного спорта реализацию различных моделей соревновательной деятельности.

Раздел 7. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата

Лекции

Теоретические и методические основы спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

Практические занятия

Практическая работа 7.1. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Самостоятельная работа.

План-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Раздел 8. Футбол лиц с заболеванием церебральным параличом

Лекции

Теоретические и методические основы спортивной подготовки в виде спорта футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.

Самостоятельная работа.

План-конспект тренировочного занятия по футболу для лиц с заболеванием церебральным параличом (обозначить вид ДЦП, возраст, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Раздел 9. Спорт слепых

Лекции

Теоретические и методические основы спортивной подготовки по виду спорта «Спорт слепых».

Практические занятия

Практическая работа 9.1. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением зрения (обозначить тип поражения, спортивную дисциплину, возраст, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Самостоятельная работа.

План-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением зрения (обозначить тип поражения, спортивную дисциплину, возраст, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Раздел 10. Спорт глухих*Лекции*

Теоретические и методические основы спортивной подготовки по виду спорта «Спорт глухих».

Практические занятия

Практическая работа 10.1. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с нарушением слуха (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Самостоятельная работа.

План-конспект тренировочного занятия для лиц с нарушением слуха (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Раздел 11. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями*Лекции*

Теоретические и методические основы спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.

Практические занятия

Практическая работа 11.1. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с интеллектуальными нарушениями (обозначить возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Самостоятельная работа.

План-конспект тренировочного занятия для лиц с интеллектуальными нарушениями (обозначить возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).

Раздел 12. Спортивно-функциональная классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом*Лекции*

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 спортсменов).

Практические занятия

Практическая работа 12.1. Выбрать вид спорта, дать его краткую характеристику, особенности организации, правила соревнований и судейства, дать сравнительный анализ с видом спорта здоровых людей.

Самостоятельная работа.

Спортивно-функциональная классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

Раздел 13. Профилактика травматизма на занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности

Лекции

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.

Практические занятия

Практическая работа 13.1. Рассмотреть возможные варианты травм при проведении тренировочных занятий на примере избранного вида адаптивного спорта, спортивной дисциплины, нозологической группы спортсменов. Описать меры их профилактики.

Самостоятельная работа.

Профилактика травматизма на занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности.

Раздел 14. Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта. Разрешение на терапевтическое использование

Лекции

Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства WADA и РУСАДА.

Специфичность задач антидопингового контроля.

Самостоятельная работа.

Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта. Разрешение на терапевтическое использование.

Рассмотреть возможные варианты получения разрешения на терапевтическое использование препаратов с указанием нозологической группы спортсмена.

Раздел 15. Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом нозологической группы в рамках подготовки и участия во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов

Лекции

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). 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.

Практические занятия

Практическая работа 15.1. На примере одного учреждения рассмотреть доступность и оснащение Центров тестирования при выполнении нормативов испытаний (тестов) «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и

обороне» (ГТО) для инвалидов». Рассмотреть паспорта доступности объекта социальной инфраструктуры для подготовки к выполнению и выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.

Самостоятельная работа.

Программа «Доступная среда».

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие виды учебной деятельности:

- Лекции. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых, с точки зрения управления, концепций и подходов.
- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой или индивидуальной работы и обмена опытом.
- Самостоятельная работа. Включает изучение программного материала по основным и дополнительным литературным источникам, подготовка сообщений по отдельным темам, составление документов планирования (конспектов и т.д.), выполнение практических заданий, подготовку к проведению отдельных частей занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач.

При реализации различных видов учебной деятельности используются следующие ***образовательные технологии:***

- анализ учебных и практических ситуаций;
- технология работы в рамках проблемно-ориентированного подхода (анализ ситуации, выработка предположений и выявление проблемы, формулировка выводов, выработка рекомендаций и плана действий, предполагаемые последствия реализации рекомендаций, преимущества и недостатки предложений);
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- личностно-ориентированный подход.

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение обучения

а) Основная литература:

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебник для вузов / Т. П. Бегидова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2025.- 181 с. – URL:

<https://urait.ru/bcode/563550>.

2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: [учебник] / С.П. Евсеев - 2-е изд., стер.- Москва: Спорт, 2020. – 617 с. – (Адаптивная физическая культура и спорт). – ISBN 978-5-907225-56-5. URL: <https://rucont.ru/efd/734822>.

3. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт: учеб. пособие / А.В. Рубцов - Москва: Советский спорт, 2022- 181с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/798586>.

4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / ред. С.П. Евсеев; О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев - Москва: Советский спорт, 2013 - 392 с.: ил. -ISBN 978-5-9718-0671-4 – URL: <https://rucont.ru/efd/279276>.

б) Дополнительная литература:

1. Адаптивная физическая культура студентов с ограниченными возможностями состояния здоровья (содержание, организация, методика): учеб. пособие / М.С. Воротова, Л.Н. Мартыанова, Л.В. Рубцова, Н.Б. Вершинина. – Москва: Советский спорт, 2023. – 108 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/826678>.

2. Брискин, Ю.А. Адаптивный спорт / С.П. Евсеев, А.В. Передерий; Ю.А. Брискин - Москва: Советский спорт, 2010. – 159 с.: ил. - (Спорт без границ) URL: <https://rucont.ru/efd/187913>.

3. Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учеб. пособие / С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова, С.Ф. Курдыбайло - Москва: Советский спорт, 2004 - 184 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/liti/tool?goto=747885>.

4. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: [учеб. пособие] / Л.Н. Ростомашвили. – 2-е изд., стер. - Москва: Спорт, 2020 - 160 с. - ISBN 978-5-907225-11-4 - URL: <https://rucont.ru/efd/704123>.

5. Основы антидопингового обеспечения спорта: учеб.-метод. пособие / Н.И. Федорова, Е.В. Антропова, А.А. Шляхтина - Москва: Советский спорт, 2023. – 111 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/822380>.

6. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкова - М: Советский спорт, 2009. – 608 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573581>.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система. URL: <https://www.informio.ru/>

2. Федеральный портал «Российское образование». URL: <http://www.edu.ru/>

3. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. URL: www.minsport.gov.ru

4. Официальный сайт Паралимпийского комитета России (ПКР). URL: www.paralymp.ru

5. «Университетская библиотека онлайн» - ЭБС. URL: www.biblioclub.ru.

6. Национальный цифровой ресурс «Рукоп» - ЭБС. – URL: www.rucont.ru.

7. Информационно-правовой портал «Гарант». Интернет-версия. URL: www.garant.ru

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории, оснащенные мультимедийным оборудованием, для проведения занятий.

Технические средства обучения:

- специализированные средства (инвентарь, оборудование, наглядные пособия, учебно-методические пособия, учебные видеофильмы и т.п.) по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.

5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / 49.03.01 «Физическая культура» / 49.03.04 «Спорт».

К реализации программы должны быть привлечены не менее 2 специалистов-практиков, имеющих опыт профессиональной деятельности в сфере, соответствующей тематике программы, не менее 1 года в последние 5 лет. Опыт профессиональной деятельности специалистов-практиков должен быть подтвержден характеристикой работодателя с указанием результатов деятельности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы аттестации

Для оценки качества освоения программы применяются текущая и итоговая аттестация слушателей.

Текущий контроль успеваемости осуществляется на протяжении всего периода обучения. Применяемые формы текущего контроля:

- устный опрос;
- проверка выполнения практических заданий.

Итоговая аттестация - зачет в форме тестирования.

6.2. Комплект оценочных средств

6.2.1. Примерный перечень вопросов и заданий для текущего контроля качества освоения программы

Примерный перечень вопросов для устного опроса

По разделу 1 «Теория и организация адаптивной физической культуры»

1. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.
2. Традиционные задачи адаптивной физической культуры (на конкретном примере).
3. Специальные задачи адаптивной физической культуры (на конкретном примере).
4. Коррекционные задачи – основные задачи адаптивной физической культуры.
5. Возможности коррекции сенсорных систем с помощью физических упражнений.
6. Возможности коррекции интеллекта с помощью физических упражнений.
7. Возможности коррекции функций опорно-двигательного аппарата с помощью физических упражнений.
8. Возможности коррекции внутренних органов с помощью физических упражнений.
9. Возможности коррекции речи с помощью физических упражнений.
10. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в адаптивной физической культуре.
11. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры.
12. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
13. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом.
14. Становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране.
15. Методы формирования знаний в адаптивной физической культуре. Особенности реализации.
16. Методы развития физических качеств в адаптивной физической культуре. Особенности реализации.
17. Методы обучения двигательным действиям. Особенности реализации.
18. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.
19. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре.
20. Адаптивная физическая культура и ее роль в формировании социального статуса инвалида.

По разделу 2 «Социальная защита инвалидов»

1. Определение понятия «социальная защита инвалидов».
2. Структура социальной защиты инвалидов.

3. Нормативно-правовая база социальной защиты инвалидов в России.
4. Организационные принципы, цель и задачи социальной защиты инвалидов.
5. Понятие «инвалид» и «инвалидность».
6. Современная трактовка понятий «инвалидность» и «инвалид».
7. Понимание инвалидности. Модели инвалидности.
8. Современное состояние и структура (показатели) инвалидности. Понятие «медико-социальной экспертизы».
9. Структура государственной службы медико-социальной экспертизы. Задачи и функции учреждений медико-социальной экспертизы.
10. Права учреждений медико-социальной экспертизы (МСЭ).
11. Порядок направления на МСЭ, определение инвалидности и обжалование экспертных решений.
12. Классификация нарушений функций организма, ограничения жизнедеятельности и социальной недостаточности (международный опыт).
13. Современные критерии инвалидности. Группы инвалидности (классификация).
14. Сроки установления инвалидности и порядок переосвидетельствования.
15. Категория «ребенок-инвалид»: порядок установления инвалидности. Характеристики детской инвалидности.

По разделу 3 «Психология болезни и инвалидности»

1. Охарактеризуйте понятия здоровье и болезнь.
2. Перечислите критерии физического и психического здоровья.
3. Как могут изменяться психические функции при болезненных процессах?
4. Перечислите основные факторы, оказывающие влияние на внутреннюю картину болезни.
5. Какова роль социальных факторов в формировании внутренней картины болезни?
6. Перечислите психологические компоненты формирования внутренней картины болезни.
7. Перечислите типы отношения к болезни, определяющие ее внутреннюю картину.
8. Перечислите критерии инвалидности.
9. Охарактеризуйте понятие стигматизации.
10. Какие психосоматические и психические расстройства могут возникать при инвалидизации?
11. В чем заключаются особенности кризисных состояний, наблюдающихся при инвалидности?
12. Охарактеризуйте психологические феномены, возникающие у лиц с ограниченными возможностями.
13. Каковы основные стереотипы дезадапционного поведения при инвалидности?
14. Какие существуют шкалы оценки тяжести стрессового воздействия?
15. Перечислите особенности формирования посттравматического стрессового расстройства у лиц с ограниченными возможностями.

По разделу 4 «Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой»

1. Каковы основные цели и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре?
2. Какие методы и средства врачебного контроля Вам известны? Каковы показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам при патологии органа зрения, слуха, опорно-двигательной системы?

3. Какие функциональные методы исследования используются в практике врачебного контроля?
 4. Какие методы оценки физического развития человека Вам известны, каковы их возможности?
 5. Что включает в себя методика антропометрического обследования?
 6. Какие методы тестирования физической работоспособности Вам известны, каковы их возможности?
 7. Как осуществляется выбор, и какие нагрузки используются при тестировании физической работоспособности?
 8. Критерии физической работоспособности человека.
 9. Какие простейшие функциональные пробы сердечно-сосудистой системы могут использоваться у инвалидов при поражении опорно-двигательной системы?
 10. Каковы основные задачи медицинского контроля во время тренировок, соревнований, массовых физкультурных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья?
 11. Какие виды травматизма Вы знаете? Их краткая характеристика.
 12. В чем выражается перенапряженность и перетренированность человека?
 13. Причины перенапряженности и перетренированности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
 14. Меры профилактики перенапряженности и перетренированности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
 15. Значение врачебного контроля в процессе медико-социальной реабилитации инвалидов.
 16. Основные задачи и содержание врачебного контроля за инвалидами и лицами с отклонением в состоянии здоровья.
 17. Роль и значение функциональных методов исследования во врачебном контроле.
 18. Методы тестирования физической работоспособности.
 19. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и врачебного контроля.
- По разделу 5 «Правила деонтологии этики взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья»*
1. Цели, задачи и основы комплексной реабилитации.
 2. Основные принципы комплексной реабилитации.
 3. Особенности реабилитации различных возрастных групп.
 4. Характеристика этапов комплексной реабилитации.
 5. Средства комплексной реабилитации, их характеристика и применение при заболеваниях и травмах у спортсменов.
 6. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях поликлиники (диспансера) – цели, задачи, организация, методы.
 7. Особенности комплексной реабилитации на амбулаторном этапе в условиях врачебно-физкультурного диспансера.
 8. Комплексная реабилитация на амбулаторном этапе в условиях центра здоровья – цели, задачи, организация, методы.
 9. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры.
 10. Показания и противопоказания к назначению физиотерапии.
 11. Общие показания и противопоказания к проведению массажа.
 12. Техники слушания.
 13. Активное слушание.
 14. Требования к профессиональным качествам специалиста по адаптивной физической культуре.
 15. Особенности общения с лицами с умственной отсталостью.
 16. Особенности общения с детьми с ЗПР.

17. Особенности общения с лицами с нарушениями слуха.
18. Особенности общения с лицами с нарушениями зрения.
19. Особенности общения с лицами с поражениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП).

По разделу 6 «Адаптивный спорт»

1. Взаимосвязь и различия спорта здоровых и адаптивного спорта. Роль АС для социализации лиц с ограниченными возможностями.
2. Основные направления (виды) адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского.
3. 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.
4. 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).
5. Максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести (принцип максимального вовлечения).
6. Периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера (принцип постоянного уточнения).
7. Становление и развитие адаптивного спорта как продвижение по магистральному направлению – от лечебного к рекреативному и от него к спортивному видам физической культуры.

По разделу 7 «Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата»

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
2. Организации, курирующие спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
3. Средства и методы развития физических способностей в спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
4. Цели, задачи и принципы спортивной тренировки в спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
5. Построение и виды спортивных тренировок в спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

По разделу 8 «Футбол лиц с заболеванием церебральным параличом»

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.
2. Организации, курирующие футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.
3. Средства и методы развития физических способностей в виде спорта футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.
4. Цели, задачи и принципы спортивной тренировки в виде спорта футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.
5. Построение и виды спортивных тренировок в виде спорта футбол лиц с заболеванием церебральным параличом.

По разделу 9 «Спорт слепых»

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт слепых.
2. Организации, курирующие спорт слепых.
3. Средства и методы развития физических способностей в спорте слепых.
4. Цели, задачи и принципы спортивной тренировки в спорте слепых.
5. Построение и виды спортивных тренировок в спорте слепых.

По разделу 10 «Спорт глухих»

1. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих.
2. Организации, курирующие спорт глухих.
3. Средства и методы развития физических способностей в спорте глухих.
4. Цели, задачи и принципы спортивной тренировки в спорте глухих.
5. Построение и виды спортивных тренировок в спорте глухих.

По разделу 11 «Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.
2. Организации, курирующие спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.
3. Средства и методы развития физических способностей в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями.
4. Цели, задачи и принципы спортивной тренировки в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями.
5. Построение и виды спортивных тренировок в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями.

По разделу 12 «Спортивно-функциональная классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом»

1. Характеристика спортивно-функциональной классификации.
2. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом, выделяющиеся классификациями.
3. Виды паралимпийского адаптивного спорта, спортивно-функциональная классификация.
4. Термин «минимальный уровень поражения» в адаптивном спорте.
5. Переосвидетельствование спортсмена в адаптивном спорте.
6. Особенности спортивно-функциональных классификаций.
7. МКБ-10 и МКФ. Их сходство и различия с медицинской и спортивно-функциональной классификациями, применяющимися в адаптивном спорте.

По разделу 13 «Профилактика травматизма на занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности»

1. Виды повреждений и травм в адаптивном спорте.
2. Причины возникновения травм в адаптивном спорте.
3. Общая профилактика травматизма на занятиях адаптивной физической культурой и спортом.
4. Предупреждение травматизма во время занятий отдельными видами адаптивного спорта и их спортивными дисциплинами.
5. Факторы риска травматизма в адаптивном спорте.

По разделу 14 «Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта. Разрешение на терапевтическое использование»

1. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.
2. Специфичность задач антидопингового контроля.
3. Организация антидопингового контроля.
4. Тестирование на допинг: права и обязанности спортсменов
5. Антидопинговый контроль в командных видах спорта.
6. Антидопинговый контроль для несовершеннолетних спортсменов и спортсменов с ограниченными возможностями
7. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных веществ: радиоиммунологический анализ, иммуноферментный анализ, масс-спектрометрия.
8. Роль Всемирного антидопингового агентства.
9. Анализируемые субстраты, условия отбора биопроб.
10. Критерии, обосновывающие включения препарата (субстанции) или процедуры, при их включении в списки ВАДА.

По разделу 15 «Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом нозологической группы в рамках подготовки и участия в Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов»

1. Методики и программы, позволяющие повысить эффективность реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с интеллектуальными нарушениями.
2. Методики и программы, позволяющие повысить эффективность реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с нарушением слуха.
3. Методики и программы, позволяющие повысить эффективность реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с остаточным зрением.
4. Методики и программы, позволяющие повысить эффективность реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.
5. Пути повышения мотивации лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
6. Учет сенситивных периодов как ключевой фактор подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
7. Доступность и оснащение центров тестирования для выполнения инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов.
8. Организация мест тестирования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в процессе участия во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
9. Медицинское сопровождение участников Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
10. Нормативно-правовое обеспечение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.
11. Подготовка к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов как основа построения процесса реабилитации.
12. Подготовка лиц с интеллектуальными нарушениями к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в системе инклюзивного образования.
13. Подготовка лиц с нарушением слуха к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в системе инклюзивного образования.
14. Подготовка лиц с остаточным зрением к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в системе инклюзивного образования.
15. Подготовка лиц totally слепых к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в системе инклюзивного образования.
16. Подготовка лиц с поражением опорно-двигательного аппарата к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов в системе инклюзивного образования.

Примерный перечень практических заданий

1. Дать характеристику видам адаптивной физической культуры.
2. Дать характеристику методам воспитания адаптивной физической культуры.
3. Дать характеристику приемов физической помощи и страховки.
4. Представить характеристику биологических механизмов формирования зависимостей при инвалидности.
5. Составить глоссарий из 30 терминов по теме «Адаптивный спорт, структура и содержание».
6. Составить таблицу, либо текстовое описание о результатах выступлений сборной России на Специальных Олимпиадах.
7. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).
8. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с поражением зрения (обозначить тип поражения, спортивную дисциплину, возраст, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).
9. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с нарушением слуха (обозначить тип поражения, возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).
10. Подготовить план-конспект тренировочного занятия для лиц с интеллектуальными нарушениями (обозначить возраст, спортивную дисциплину, место тренировочного занятия в цикле годичной подготовки).
11. Выбрать вид спорта, дать его краткую характеристику, особенности организации, правила соревнований и судейства, дать сравнительный анализ с видом спорта здоровых людей.
12. Рассмотреть возможные варианты травм при проведении тренировочных занятий на примере избранного вида адаптивного спорта, спортивной дисциплины, нозологической группы спортсменов. Описать меры их профилактики.
13. На примере одного учреждения рассмотреть доступность и оснащение Центров тестирования при выполнении нормативов испытаний (тестов) «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов». Рассмотреть паспорта доступности объекта социальной инфраструктуры для подготовки к выполнению и выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.

Методические рекомендации и требования к выполнению

Текущий контроль проводится на занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы слушателей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.
2. На каждом занятии отводится время для проверки знаний и навыков слушателей по пройденному материалу и уровня усвоения изучаемой темы.
3. Текущим контролем охвачено большинство обучающихся с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Условия активизации текущего контроля: содействие опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля; стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля; рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Показателями качества работы слушателей являются, в частности: сформированные способы решения профессионально ориентированных задач; успешный перенос теоретического знания в практическую деятельность; проявленные способности систематизировать материал, вести диалог в коллективе, осуществлять самооценку выполненной работы.

Формы и процедуры текущего контроля успеваемости.

Опрос. В ходе опроса преподаватель должен выяснить глубину усвоения и осмысления проблем слушателями; проверить умение творчески применять полученные знания для анализа теоретических и прикладных проблем научно-методического обеспечения; уточнить и разъяснить непонятные положения и проблемы; подвести итог и оценить работу слушателей.

План опроса включает:

1. Вхождение в беседу. В это время необходимо установить контакт со слушателями, создать психологический настрой для опроса, выяснить, какая литература и источники изучены, возникшие трудности и вопросы.

2. Постановка проблемы. Пока обучающиеся продумывают проблему, преподаватель просматривает и оценивает материалы, сделанные при подготовке к опросу.

3. Опрос по темам. Если опрос ведётся с несколькими слушателями одновременно, преподавателю следует разъяснить индивидуальную роль-функцию / объясняющий, критик и т.д. С целью активизации познавательной деятельностью группы и выяснения уровня усвоения проблемы преподаватель задаёт уточняющие вопросы или повышает сложность учебной задачи. Этому способствует и смена слушателями ролей-функций.

Остальные слушатели группы занимаются самостоятельно по темам опроса. При этом преподаватель может предложить им использовать наглядные пособия и технические средства обучения, как для углубления знания, так и самоконтроля.

Практические задания. В ходе выполнения практических заданий оцениваются умения пользоваться полученными знаниями. Начинается задание с сообщения темы и цели задания. Задание включает как теоретическую часть, так и практическую. Теоретическая часть. Здесь уместно провести сравнительный анализ известных подходов к данной теме (задаче), общую характеристику вопроса (темы, задачи). Из сравнительного анализа и общей характеристики логически обосновываются возможные варианты решения (трактовки, выработка предложений и пр.). Изложение самого решения. Обзор вариантов и предложений. Свое видение темы, поставленной задачи. Практическая часть. Эта часть работы включает решение прикладной задачи. Слушатель анализирует условия задачи, производит анализ возможных подходов и методов решения, обосновывает выбранный им метод (методику, алгоритм) и подробно описывает процесс преобразований и полученное решение. Выводы (Заключение). Слушателю необходимо выполнить анализ результатов, полученных в работе, как теоретических, так и практических. В итоге им должны быть сформулированы практические и/или теоретические рекомендации по теме задания.

6.2.2. Примерный перечень тестовых заданий для оценки знаний слушателей на итоговой аттестации (зачете)

1. Что означает понятие «компенсация»?

- a) приспособление
- b) исправление
- c) замещение
- d) восстановление

2. Что означает понятие «коррекция» в адаптивной физической культуре в широком смысле понимания?

- a) приспособление

- b) исправление
- c) замещение
- d) восстановление

3. Для формирования чувственного образа двигательного действия в адаптивной физической культуре используют:

- a) методы наглядности
- b) методы развития физических качеств
- c) методы воспитания
- d) методы обучения

4. «Социализация» – это...

- a) процесс устранения сложившихся ранее моделей поведения и рефлексов и приобретения новых.
- b) процесс усвоения знаний и навыков, необходимых для конкретного пола.
- c) процесс приобретения человеком навыков и знаний, необходимых для выполнения своей организационной роли
- d) процесс интеграции индивида в социальную систему, вхождение в социальную среду через овладение её социальными нормами, правилами и ценностями, знаниями, навыками, позволяющими ему успешно функционировать в обществе

5. Определите все существующие способы организации работы по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры в индивидуальных программах реабилитации или абилитации инвалидов и детей-инвалидов:

- a) индивидуальные занятия и групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии
- b) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп
- c) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп,
- d) интегрированные, инклюзивные занятия

6. Компенсаторная функция адаптивной физической культуры реализуется через:

- a) создание условий и обеспечение работы по лечению и коррекции основного и сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений в состоянии здоровья занимающихся.
- b) использование возможностей компенсации потерянных функций за счёт максимального задействования сохранных органов и систем
- c) использование доступных для того или иного вида заболевания или повреждения физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов для предупреждения гиподинамии и гипокинезии.
- d) формирование нравственного поведения на основе сформированных знаний, убеждений, ценностных ориентаций

7. Виды физических упражнений в адаптивной физической культуре, сгруппированные по степени самостоятельности выполнения упражнений включают (выберите один НЕверный вариант ответа):

- a) упражнения активного самостоятельного выполнения
- b) упражнения с поддержкой, помощью, страховкой
- c) упражнения, выполняемые с помощью протезов, туторов, ортезов и технических устройств

- d) упражнения в ходунках, коляске, условиях разгрузки (на подвеске)
- e) пассивные упражнения
- f) упражнения в положении лежа на животе, на спине, на боку, сидя, стоя, на коленях, присев, на четвереньках и др.

8. Основным средством адаптивной физической культуры является:

- a) физическое упражнение
- b) тренажёры
- c) гигиенические факторы
- d) специальный инвентарь

9. Контрольные упражнения (тесты) для инвалидов в рамках ВФСК «ГТО» измеряющие достижения человека, выполняющего тест, делят на следующие группы (классы) (выберите один НЕверный вариант ответа):

- a) измеряется время выполнения задания (смешанное передвижение или скандинавская ходьба на заданное расстояние и т.п.)
- b) измеряется расстояние, которое необходимо преодолеть испытуемому без учёта времени (преодолеть заданную дистанцию в плавании)
- c) измеряется величина силы (при использовании кистевого динамометра)
- d) измеряется количество повторений заданного упражнения (теста) как с ограничением, так и без ограничения времени его выполнения (количество подтягиваний из виса на высокой перекладине)
- e) измеряется количество и качество выполнений заданного упражнения (теста) на координационные способности без учёта времени

10. К какой категории, согласно классификации технических средств для выполнения двигательных действий, в положении сидя относятся Гонимые коляски?

- a) фиксирующие
- b) перемещающие
- c) обеспечивающие
- d) коррекционные

11. Понятия «социальная защита» и «социальное обеспечение» соотносятся между собой следующим образом:

- a) понятие «социальная защита» шире по смыслу, чем понятие «социальное обеспечение»;
- b) понятие «социальная защита» уже по смыслу, чем понятие «социальное обеспечение»;
- c) это взаимозаменяемые понятия;
- d) это не связанные между собой понятия

12. Система социальной защиты инвалидов включает в себя:

- a) только комплекс реабилитационных мероприятий;
- b) только социальное обеспечение инвалидов;
- c) комплекс мер обеспечения жизнедеятельности и комплекс реабилитационных мероприятий;
- d) социально-бытовое обслуживание

13. В каком законодательном акте нормативно закреплено определение понятия инвалид?

- a) в ФЗ № 181 «О социальной защите инвалидов»;

- b) в конвенции ООН о правах инвалидов;
- c) законодательно не закреплено;
- d) в Федеральной целевой программе

14. Рекомендации к недельному двигательному режиму при выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО предусматривают:

- a) минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов нормативов испытаний (тестов), развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья.
- b) максимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов нормативов испытаний (тестов), развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья.

15. При проведении крупных международных спортивных соревнований допинг-контролю подлежат:

- a) все участники соревнований
- b) только участники командных видов спорта
- c) только занявшие первые четыре места и другие по жребию
- d) участники соревнований по специальным спискам

16. Какое средство восстановления после физических нагрузок в адаптивной физической культуре относится к гигиеническим средствам восстановления?

- a) соблюдение режима сна
- b) физиотерапия
- c) кинезиотерапия
- d) мануальная терапия

17. Какие требования относятся к санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям?

- a) соблюдение нормативов по освещённости помещений спортивного объекта.
- b) соблюдение сроков проведения медицинских осмотров.
- c) соблюдение норм технической безопасности.
- d) организация этапов спортивной подготовки.

18. Что обеспечивает соблюдение санитарно-эпидемиологических требований на объекте занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом?

- a) профилактику заболеваний, связанных с нарушениями условий микроклимата и качества питьевой воды.
- b) профилактику заболеваний лиц с отягощённым наследственным анамнезом.
- c) безопасность при проведении занятий в сложных климатических условиях.
- d) поддержание здорового образа жизни занимающихся адаптивной физической культурой и адаптивным спортом.

19. Физическая помощь выражается в физическом воздействии инструктора на занимающегося или на управляемое занимающимся техническое средство, компенсирует недостающую подготовленность занимающегося с целью обеспечения безопасного решения осваиваемой им двигательной задачи. Определите, какие методы не относятся к методам физической помощи?

- a) проводка
- b) фиксация
- c) подкрутка
- d) страховка

20. К видам адаптивного спорта в Российской Федерации не относится

- a) спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата
- b) спорт слепых
- c) футбол лиц с заболеванием церебральным параличом
- d) спорт лиц с ампутационными поражениями

21. Какие игры проводятся сразу после Олимпийских игр на тех же спортивных сооружениях?

- a) Специальные Олимпийские игры
- b) Сурдлимпийские игры
- c) Всемирные игры слепых
- d) Паралимпийские игры

22. Возможно ли участие лиц с нарушением слуха (по основному диагнозу) в Паралимпийских играх?

- a) да
- b) нет
- c) возможно только при определенных условиях

23. В каком спортивном движении реализуется нетрадиционная соревновательная модель?

- a) Специальное Олимпийское движение
- b) Сурдлимпийское движение
- c) Паралимпийское движение

24. Процесс разделения спортсменов на группы, классы, дивизионы и, собственно, результат этого разделения - это

- a) ранжирование
- b) классификация
- c) квалификация
- d) спортивный отбор

25. В адаптивном спорте преимущественно используется следующий вид классификации спортсменов

- a) спортивно-медицинская классификация
- b) спортивно-функциональная классификация
- c) медицинская классификация
- d) гандикапная классификация

Методические рекомендации и требования к выполнению заданий.

Тестирование на итоговой аттестации. Тест – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений слушателей. Тест – система заданий специфической формы, применяемая в сочетании с определенной методикой измерения и оценки результата (как правило, тестовый материал и работа с ним представлены в методическом пособии по изучаемой учебной дисциплине (модулю). Тестовое задание – это диагностическое задание в виде задачи или вопроса с четкой инструкцией к выполнению и обязательно с эталоном ответа или алгоритмом требуемых действий.

6.3. Критерии оценивания

Требования к оценке в рамках устного опроса по вопросам для текущего контроля знаний

Ответ слушателя в рамках устного опроса оценивается одной из следующих оценок: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», которые выставляются по следующим критериям.

Оценки **«отлично»** заслуживает слушатель, демонстрирующий всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного и нормативного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, отличная оценка выставляется слушателю, проявившему творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала, знающему точки зрения различных авторов и умеющему их анализировать.

Оценка **«хорошо»** выставляется слушателю, демонстрирующему полное знание учебного материала, успешно выполняющему предусмотренные в программе задания, усвоившему основную литературу, рекомендованную кафедрой.

На **«удовлетворительно»** оценивается ответ слушателя, показавшего знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и в предстоящей работе по профессии, справляющегося с выполнением заданий, предусмотренных программой. Как правило оценка «удовлетворительно» выставляется слушателю, допустившему погрешности в ответе, не носящие принципиального характера, когда установлено, что слушатель обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством преподавателя.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется слушателю, демонстрирующему пробелы в знаниях основного учебного материала, допускающему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Такой оценки заслуживают ответы, носящие несистематизированный, отрывочный, поверхностный характер, когда слушатель не понимает существа излагаемых им вопросов, что свидетельствует о том, что он не может дальше продолжать обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей теме.

Требования к оценке выполнения практического задания

Оценка **«отлично»** ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка **«хорошо»** ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к оценке ответа на зачете (тестировании)

Оценка «**зачтено**» выставляется, если слушатель дал 50 % и более правильных ответов на все вопросы теста.

Оценка «**не зачтено**» выставляется, если слушатель дал менее 50 % правильных ответов на все вопросы теста.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования



УТВЕРЖДАЮ

Директора по учебно-методической работе

А.Ю. Романенко

2025 г.

Учебный план

дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации

«Современные технологии подготовки в адаптивном спорте»

Цель реализации образовательной программы – совершенствование профессиональных компетенций и удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей и интересов слушателей в получении теоретических знаний, умений и опыта 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 и адаптивного спорта в рамках имеющейся квалификации в соответствии с требованиями к квалификации ПС 05.002 «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», ПС 05.015 «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту».

Категория слушателей: к освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- лица, получающие среднее профессиональное или высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и о квалификации или справкой с места учебы.

Форма обучения: очная форма.

Трудоемкость: Общая трудоемкость составляет 108 академических часов, в том числе: лекции – 38 часов, практические занятия – 32 часа, самостоятельная работа – 36 часов, итоговая аттестация – 2 часа.

Срок освоения: 3-4 недели.

Режим занятий: занятия проводятся 3-5 раз в неделю по 2-6 часов в день.

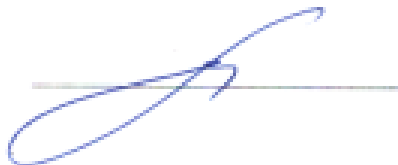
№ пп	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоем кости	Всего, ауд. часов	В том числе		Самост. работа	Форма аттестации
				Лек- ции	Практи- ческие занятия		
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Раздел 1. Теория и организация адаптивной физической культуры	18	14	8	6	4	Текущий контроль

1.1	Тема 1.1. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	2	2	2	0	0	Устный опрос
1.2	Тема 1.2. Становление и развитие адаптивной физической культуры в Российской Федерации	4	2	2	0	2	Устный опрос
1.3	Тема 1.3. Виды адаптивной физической культуры, их краткая характеристика	4	4	2	2	0	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
1.4	Тема 1.4. Средства и методы адаптивной физической культуры	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
1.5	Тема 1.5. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	2	2	0	2	0	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
2.	Раздел 2. Социальная защита инвалидов	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.
3.	Раздел 3. Психология болезни и инвалидности	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
4.	Раздел 4. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос
5.	Раздел 5. Правила деонтологии и этики взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос
6.	Раздел 6. Адаптивный спорт	12	8	4	4	4	Текущий контроль. Устный опрос

6.1	Тема 6.1. Адаптивный спорт: структура и содержание	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
6.2	Тема 6.2. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте (в Паралимпийском, Сурлимбийском и Специальном олимпийском движениях)	6	4	2	2	2	Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
7.	Раздел 7. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	8	6	2	4	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
8.	Раздел 8. Футбол лиц с заболеванием церебральным параличом	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.
9.	Раздел 9. Спорт слепых	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
10.	Раздел 10. Спорт глухих	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
11.	Раздел 11. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями.	8	6	2	4	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
12.	Раздел 12. Спортивно-медицинская классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
13.	Раздел 13. Профилактика травматизма при занятиях адаптивным спортом и обеспечение безопасности	6	4	2	2	2	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий

14.	Раздел 14. Допинг-контроль и комплекс мероприятий по антидопинговому обеспечению адаптивного спорта. Разрешение на терапевтическое использование	4	2	2	0	2	Текущий контроль. Устный опрос.
15.	Раздел 15. Порядок организации тестирования уровня физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом нозологической группы в рамках подготовки и участия во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов	10	6	2	4	4	Текущий контроль. Устный опрос. Проверка выполнения практических заданий
16.	Итоговая аттестация	2	2	0	2	0	Зачет
	ИТОГО	108	72	38	34	36	

И.о. директора ИДО



Н.Н. Неверова