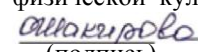




МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДФУ)  
ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель ОП

 Шакирова О.В.  
(подпись)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор департамента  
физической культуры и спорта  
 Шакирова О.В.  
(подпись)

«27» декабря 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта  
**Направление подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в  
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**  
программа магистратуры «Физическая реабилитация»  
**Форма подготовки: очная**

курс 1 семестр 1, 2  
лекции 10 час.  
практические занятия 60 час.  
лабораторные работы 00 час.  
всего часов аудиторной нагрузки 70 час.  
самостоятельная работа 110 час.  
в том числе на подготовку к экзамену 27 час.  
контрольные работы (количество) не предусмотрены  
курсовая работа / курсовой проект не предусмотрены  
зачет 1 семестр  
экзамен 2 семестр

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 946.

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол № 4 от «27» декабря 2021 г.

Директор Департамента физической культуры и спорта Шакирова О.В.  
Составитель: канд. пед. наук, доцент Стебллий Т.В.

Владивосток  
2022

1. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_
2. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_
3. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_
4. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_
5. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта и пересмотрена на заседании Департамента физической культуры и спорта, протокол от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

## **I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель:

Ознакомление магистрантов с современными проблемами адаптивной физической культуры и ее видов (адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной физической реабилитации (терапии), адаптивной двигательной рекреации, экстремальных и креативных (художественно-музыкальных) видов двигательной активности) и привлечение их к научно-исследовательской работе, направленной на решение этих проблем.

Задачи:

1. Приобщение магистрантов к научно-исследовательской работе по наиболее важным и актуальным проблемам адаптивной физической культуры и ее видов;
2. Освоение опыта творческой деятельности в сфере адаптивной физической культуры и смежных дисциплин;
3. Разработка и экспериментальная проверка новых средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры и ее основных видов;
4. Внедрение в практику новых разработок, подтвердивших в результате исследования свою эффективность.

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы, характеризуют формирование следующих профессиональных компетенций выпускников и индикаторов их достижения:

Тип задач	Код и наименование профессиональной компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Реабилитационный (восстановительный)	ПК-1 Способен к управленческой деятельности в тренировочном процессе в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре.
		ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте.
		ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре	Знает основные понятия и термины адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития
	Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации.
	Владеет способностью, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.
ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте	Знает роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
	Умеет выполнять научные исследования и использовать их результаты в целях повышения эффективности реабилитационной деятельности.
	Владеет высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.
ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	Знает естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни.
	Умеет организовать процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей.
	Владеет высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры.

## II. ТРУДОЁМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачётных единиц (180 академических часов).

Видами учебных занятий и работы обучающегося по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» являются:

Обозначение	Виды учебных занятий и работы обучающегося
Лек	Лекции
Пр	Практические занятия
СР	Самостоятельная работа обучающегося в период теоретического обучения
в том числе контроль	Самостоятельная работа обучающегося и контактная работа обучающегося с преподавателем в период промежуточной аттестации

Структура дисциплины:

Форма обучения – очная.

№	Наименование раздела дисциплины	Семестр	Количество часов по видам учебных занятий и работы обучающегося						Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лек	Лаб	Пр	ОК	СР	Контроль	
1	Раздел 1. Основные положения, термины и виды адаптивной физической культуры и адаптивного спорта	1	4	-	16	-	60	-	Эссе (ПР-3) Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
2	Раздел 2. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	1	2	-	6	-	18		Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)
3	Раздел 3. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	2	2	-	20	-	2	27	Собеседование (УО-1) Рефераты (ПР-4) Тест (ПР-1)
4	Раздел 4. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	2	-	-	6	-	2		Доклад (УО-3) Тест (ПР-1)
5	Раздел 5. Адаптивный спорт	2	2		10		1		Собеседование (УО-1)

								Тест (ПР-1)
	Итого:	10	-	60	-	83	27	1 семестр – зачет 2 семестр- экзамен

### **III. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА**

#### **1 семестр (6 часов)**

**Раздел 1. Основные положения, термины и виды адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.**

**Тема 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры, история ее становления и развития (1 час).**

Исторический анализ развития адаптивной физической культуры в образовании, игровой и досуговой деятельности инвалидов, как средства профессиональной реабилитации. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом. Становление и развитие адаптивной физической культуры в России.

Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека: целостность организма, структура и функция, реактивность организма, причинно-следственная связь, адаптация организма, компенсация - как адаптационная реакция организма, движение - основа жизнедеятельности. Взаимосвязь биологического и социального, телесного и психического.

Основные понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «адаптивный спорт», «образ жизни», «здоровый образ жизни», «адаптация», «инвалид», «абилитация», «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция», «педагогическая интеграция», «нарушение зрения», «нарушение интеллекта», «нарушение слуха», «поражение спинного мозга» и др.

## **Тема 2. Предмет, цель, задачи и виды адаптивной физической культуры (1 час)**

Предмет и цель адаптивной физической культуры. Задачи коррекции основного нарушения, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным нарушением и сопутствующими заболеваниями. Задачи компенсации функций организма в случае невозможности коррекции основного нарушения, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений. Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений при наличии тех или иных нарушений. Адаптация традиционной группы задач физической культуры (образовательных, воспитательных, оздоровительных) для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Критерий для выделения основных видов адаптивной физической культуры – естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни. Адаптивное физическое воспитание. Адаптивная двигательная рекреация. Адаптивный спорт. Физическая реабилитация. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики. Экстремальные виды двигательной активности.

## **Тема 3. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов (1 час).**

Комплексная реабилитация - как процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей.

Физическая реабилитация в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Роль и место адаптивной физической культуры в образе жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Формирование здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Адаптивная физическая культура - как важное направление социальной практики в «борьбе» с психическими комплексами неполноценности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Адаптивная физическая культура и социализация личности человека с отклонениями в состоянии здоровья и инвалида. Адаптивная физическая культура как путь адаптации человека к общественным нормам, ролям, функциям и т.п., и способ «завоевания» конкретного социального пространства.

#### **Тема 4. Функции, принципы, средства, методы и формы адаптивной физической культуры (1 час).**

Функции адаптивной физической культуры. Группа педагогических функций, характеризующих процесс применения физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в основных видах адаптивной физической культуры – адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации. Характеристика важнейших педагогических функций: учебно-познавательной, развивающей, коррекционной, профессионально-подготовительной, воспитательной, компенсаторной, рекреативно-оздоровительной, соревновательной, гедонистической, оздоровительно-восстановительной, ценностно-ориентационной, творческой, лечебно-восстановительной, профилактической, самореабилитационной, функции самовоспитания. Группа социальных функций адаптивной физической культуры, характеризующих ее влияние на другие социальные явления и процессы окружающей жизни, ее взаимоотношения с другими социальными



институтами и феноменами. Характеристика важнейших социальных функций: социализирующей, коммуникативной, интегративной, гуманистической, зрелищной, эстетической, престижной и др.

Принципы адаптивной физической культуры. Социальные принципы: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума - их характеристика. Общесметодические принципы: научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, прочности - особенности применения в адаптивной физической культуре. Специально-методические принципы: диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учета возрастных особенности, профилактической направленности, адекватности, оптимальности и вариативности – основные принципы в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность.

Средства адаптивной физической культуры. Физическое упражнение – основное средство адаптивной физической культуры. Классификация физических упражнений. Естественно-средовые и гигиенические факторы в адаптивной физической культуре.

Методы адаптивной физической культуры Методы формирования знаний в адаптивной физической культуре (словесные и наглядные). Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля учебной деятельности). Методы развития физических способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Комплексное применение методов адаптивной физической культуры. Формы организации адаптивной физической культуры.

## **Раздел 2. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.**

### **Тема 5. Основы формирования двигательного навыка (1 час).**

Максимально возможное исключение ошибок из процесса освоения двигательных действий - главное требование к этому процессу в адаптивной физической культуре. Понятия «ошибки» и «допустимых отклонений».

Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения: теория поэтапного формирования умственных, перцептивных, двигательных действий и понятий (П.Я. Гальперин), концепция формирования образа в системе психической регуляции деятельности (Н.Д. Завалова, Б.Ф. Ломов, В.А. Пономаренко), понятие «чистого» перцептивного обучения при освоении исполнительской деятельности (Н.Д. Гордеева, В.П. Зинченко), концепция «искусственная управляющая среда» (И.П. Ратов), теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом (СП. Евсеев), средства и методы обучения, развития и восстановления человека, основанные на принудительном воздействии на звенья его тела. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.

### **Тема 6. Структура процесса обучения и особенности его этапов в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (1 час).**

Традиционная (трехэтапная) структура процесса обучения (этап начального, этап углубленного разучивания, этап результативной отработки действия). Структуры процесса формирования двигательных действий с заданным результатом: этап формирования ориентировочной основы двигательного действия; этап формирования нервно-мышечных координации и мышечных ощущений; этап развития физических качеств и способностей, необходимых для осуществления действия; этап формирования умений и навыков самоконтроля, предупреждения и коррекции ошибок; этап, перехода к самостоятельному выполнению двигательных действий; этап совершенствования освоенного действия.

Теория формирования двигательных действий с заданным результатом - методологическая основа методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей лиц с ограниченными возможностями. Основные установочные положения этой методики: обязательность определения эталонной программы положения тела человека (техники) и допустимых отклонений от нее, а также эталонной полной ориентировочной основы действия и обеспечения, занимающихся объективной информацией об управляющих движениях в суставах; дополнение традиционной структуры обучения двигательным действиям новыми специальными этапами; необходимость применения физической помощи тренера, императивных тренажеров или технических средств их заменяющих и др.

Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия, сенсорно-перцептивного обучения и других этапов процесса его освоения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп (с сенсорными нарушениями, с поражениями опорно-двигательного аппарата, с отклонениями в интеллектуальном развитии и др.).

Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре. Упражнения избранного вида адаптивного спорта, общей и специальной физической подготовки - основные средства тренировки инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

## **2 семестр (4 часа)**

**Раздел 3. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.**

## **Тема 7. Теоретико-практические основы развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (1 час).**

Движение – ведущий фактор развития физических способностей. Единство и взаимосвязь между двигательными умениями и физическими способностями. Характеристика трех основных двигательных режимов в зависимости от фазы восстановления. Этапность развития физических способностей: этап повышенного уровня развития физических способностей, этап достижения максимальных показателей, этап их снижения. Неравномерность и гетерохронность развития физических качеств. Обратимость показателей развития физических способностей. Эффект переноса физических качеств.

Принципы развития физических способностей – сопряженного развития координационных и кондиционных физических способностей; возрастной адекватности педагогических воздействий; оптимальности, вариативности педагогических воздействий; диагностики уровня развития физических способностей.

## **Тема 8. Методика развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (1 час).**

Развитие силовых способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп. Понятие о силовых способностях. Факторы, влияющие на развитие силовых способностей. Средства для развития силовых способностей: упражнения с преодолением массы собственного тела, упражнения с внешним сопротивлением, упражнения в изометрическом режиме. Методы развития силовых способностей. Особенности силовой подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Способы определения уровня развития силовых способностей.

Развитие скоростных способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп. Понятие о скоростных способностях. Факторы, влияющие на проявление скоростных способностей. Структура скоростных способностей: способность быстро реагировать на внешний сигнал, способность к быстрому выполнению одиночных движений, способность поддерживать максимальный темп движений. Методические основы дифференцированного развития скоростных способностей: быстроты двигательной реакции, реакции на движущийся объект, реакции выбора, быстроты одиночных движений, темпа движений (приемы, средства). Методы развития скоростных способностей. Особенности развития скоростных способностей инвалидов (на примере одной нозологической группы). Способы определения уровня развития скоростных способностей.

Развитие выносливости у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп. Понятие о способности к выносливости. Факторы, влияющие на проявление выносливости. Понятие и общая характеристика (методы, средства, дозировка тренировочных воздействий) видов выносливости: общая выносливость, специальная выносливость - силовая, скоростная, скоростно-силовая. Виды адаптивного спорта для развития разных видов выносливости. Способы определения уровня развития выносливости у инвалидов разных нозологических групп.

Развитие гибкости у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп. Понятие о гибкости. Факторы, влияющие на проявление гибкости. Задачи для направленного развития гибкости. Понятие о пассивной и активной гибкости. Закономерности развития гибкости. Общая и специальная гибкость. Общая характеристика развития гибкости у инвалидов (методы, средства, дозировка тренировочных воздействий). Этапы формирования гибкости: этап суставной гимнастики, этап специального развития подвижности в суставах, этап поддержания

подвижности в суставах. Способы определения уровня развития гибкости и подвижности в суставах у инвалидов разных нозологических групп.

Развитие координационных способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп. Основные понятия о координационных способностях, структура содержания, и их классификация. Факторы, влияющие на проявление координационных способностей. Общая характеристика (методы, средства, дозировка тренировочных воздействий) видов координационных способностей. Методика развития координационных способностей Способы определения уровня развития координационных способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов разных нозологических групп. Стимулирование развития координационных способностей на физкультурных занятиях с инвалидами различных нозологических групп. Системы физических упражнений с учетом разновидностей координационных способностей.

#### **Раздел 4. Адаптивный спорт**

##### **Тема 9. Характеристика адаптивного спорта (1 час).**

Виды, направленность, задачи адаптивного спорта. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры, способный удовлетворить потребность личности в соревновательной и коммуникативной деятельности, в максимальной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей за счёт приобщения лиц с отклонениями в состоянии здоровья к спортивной культуре, освоения ими техники, тактики и других компонентов конкретного вида спорта.

Направления адаптивного спорта: Паралимпийское, Специальное Олимпийское движение, Всемирные игры глухих («Тихие игры»). Понятия: рекреационно-оздоровительный спорт, спорт высших достижений.

Федерации и организации инвалидного спорта. Спортивное движение глухих. Федерация спорта слепых. Паралимпийское движение.

Международная спортивная федерация для лиц с нарушением интеллекта и Общероссийская общественная организация «Всероссийская федерация спорта лиц с интеллектуальными нарушениями». Общероссийская общественная организация «Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата». Международная Специальная Олимпиада и Специальная Олимпиада России. Физкультурно-оздоровительные клубы и спортивно-адаптивные школы и отделения инвалидов.

#### **Тема 10. Организация и проведение соревнований среди инвалидов (1 час).**

Показания и противопоказания для занятий физической культурой и спортом лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Соревнования и виды спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Правила спортивных соревнования среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Определение права на участие лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в соревнованиях. Положение о соревнованиях.

### **IV. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

#### **1 семестр (24 часа)**

##### **Занятие 1. Понимание инвалидности (2 часа).**

1. Понятия «инвалид», «инвалидность».
2. Компоненты инвалидности, степени ограничения жизнедеятельности.
3. Группы инвалидности.
4. Причины инвалидности.

5. Модели инвалидности (медицинская, социальная, политическая, модель независимой жизни).

**Занятие 2. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры (2 часа).**

1. Предмет, объект и содержание адаптивной физической культуры.
2. Характеристика основных определений и терминов адаптивной физической культуры.
3. Адаптивная физическая культура в системе высшего и среднего профессионального образования.
4. Характеристика специальности и «портрет» специалиста по адаптивной физической культуре.
5. Роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

**Занятие 3. История развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (2 часа).**

1. Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
2. Становление и развитие адаптивной физической культуры и адаптивного спорта среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
3. История адаптивной физической культуры адаптивного спорта и для лиц с поражением слуха.
4. История адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
5. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта.

**Занятие 4. Основные виды (компоненты) адаптивной физической культуры (2 часа).**



1. Основные виды (компоненты) адаптивной физической культуры, критерии выделения основных видов адаптивной физической культуре.
2. Характеристика и отличительные черты адаптивного физического воспитания.
3. Характеристика и отличительные черты адаптивной двигательной рекреации.
4. Характеристика и отличительные черты адаптивного спорта.
5. Характеристика и отличительные черты физической реабилитации.
6. Характеристика и отличительные черты креативных и экстремальных видов двигательной активности.

**Занятие 5-6. Организация и общая характеристика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (4 часа).**

1. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом.
2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Организация адаптивного спорта.
4. Организация адаптивной двигательной рекреации.
5. Организация физической реабилитации.
7. Общеметодические принципы адаптивной физической культуры.
6. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности.

**Занятие 7. Методологические аспекты адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (2 часа).**

1. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).
2. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой.

3. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры.

4. Функции адаптивной физической культуры.

5. Принципы адаптивной физической культуры.

**Занятие 8-9. Задачи средства, методы и формы адаптивной физической культуры (4 часа).**

1. Педагогические задачи адаптивной физической культуры.

2. Средства адаптивной физической культуры.

3. Методы адаптивной физической культуры.

4. Формы организации адаптивной физической культуры.

**Занятие 10-12. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре (6 часов).**

1. Факторы, определяющие стратегию процесса обучения.

2. Реализация принципов обучения в физическом воспитании.

3. Теория поэтапного формирования двигательного действия.

4. Взаимодействие навыков.

5. Закономерности формирования двигательных умений и навыков.

6. Этапы начального разучивания, углубленного разучивания, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.

7. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок и пути их устранения.

8. Возможности изменения сформированных умений и навыков.

9. Профилактика травматизма в процессе освоения двигательных действий.

10. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров.

11. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки.

12. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

## **2 семестр (36 часов)**

### **Занятие 1. Основные закономерности развития физических способностей (2 часа).**

1. Движение - ведущий фактор развития физических способностей.
2. Зависимость развития физических способностей от режима двигательной деятельности.
3. Этапность развития физических способностей.
4. Неравномерность и гетерохронность развития физических способностей.
5. Обратимость показателей развития физических способностей.
6. Перенос физических способностей.

### **Занятие 2. Принципы развития физических способностей (2 часа).**

1. Принцип сопряженного развития координационных и кондиционных способностей.
2. Принцип возрастной адекватности педагогических воздействий.
3. Принцип оптимальности педагогических воздействий.
4. Принцип вариативности педагогических воздействий.
5. Принцип диагностики уровня развития педагогических воздействий.

### **Занятие 3-7. Методика развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (10 часов).**

Развитие силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.

### **Занятие 8. Стратегические линии развития физических способностей (2 часа).**

1. Развитие отстающих физических способностей («укрепления слабого звена»).

2. Совершенствование наиболее сильных сторон моторики («навстречу природе»), их комплексное применение в адаптивной физической культуре.

### **Занятие 9. Физическая нагрузка и отдых в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (2 часа).**

Физическая нагрузка («внешняя» и «внутренняя» ее стороны, объем и интенсивность) и отдых - как структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.

### **Занятие 10. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте (2 часа).**

1. Особенности текущего, этапного и циклового планирования и педагогического контроля в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

2. Медико-психологический контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

### **Занятие 11. Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функции и принципов (2 часа).**

1. Отличительные черты адаптивного спорта.
2. Конкретизация целей и задач адаптивного спорта.
3. Основные задачи адаптивного спорта.
4. Ведущие функции адаптивного спорта.
5. Ведущие принципы адаптивного спорта.

### **Занятие 12. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта (2 часа).**

1. Основные направления функционирования адаптивного спорта: паралимпийское, сурдлимпийское, специальное олимпийское.

Международные организации, курирующие основные направления адаптивного спорта (IPC, CISS, SOI). Классификация видов адаптивного спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп.

2. Направления паралимпийского спорта и международные организации, их курирующие (ISOD, CP-ISRA, ISMWSF, IBSA, INAS-FID). Основные паралимпийские виды спорта, входящие в программы летних и зимних игр.

3. «Специал Олимпикс» и «Специал Арт» - два магистральных направления деятельности СОК г.Санкт-Петербурга - как пример интеграции спорта и искусства в работе с людьми, имеющими нарушения интеллектуальной сферы.

4. Особенности сурдлимпийского направления адаптивного спорта. Спорт глухих и слабослышащих спортсменов, сходство и различия со спортом здоровых людей. Всемирные Олимпийские игры глухих (Тихие игры) как пример крупнейших соревнований для инвалидов данной нозологической группы.

### **Занятие 13. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте (2 часа).**

1. Традиционная модель соревновательной деятельности. Нетрадиционная модель соревнований Специальной олимпиады.

2. Адаптивный спорт как путь преодоления психологических комплексов; овладения ценностями физической культуры; вхождения в социум (выход из замкнутого пространства лечебных учреждений и мест проживания), адаптации к нему и «завоевания» социального пространства; познания себя и мира; полноценного общения.

3. Участие в учебно-тренировочном процессе и соревновательной деятельности как модель реализации здорового образа жизни. Негативные явления адаптивного спорта (допинг, нарушения принципов «честной игры»,

искажение принципов спортивно-медицинской классификации и др.) и их преодоление в системе воспитательных мероприятий.

4. Гуманистически ориентированные модели адаптивного спорта. Программа Спартианских игр - модель спорта для лиц с ограниченными возможностями в системе гуманистически ориентированной социальной политики.

#### **Занятие 14. Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом (2 часа).**

1. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев (максимальный охват лиц с различными видами патологии и степенью ее тяжести, уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, одновременное участие в соревнованиях по спортивным играм инвалидов с различной степенью тяжести поражений, периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера и др.), процедуры и порядок проведения классификаций. Виды классификации. Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся спортом. Система организации и проведения медицинской классификации.

2. Система организации и проведения спортивно-функциональной классификации. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом (классификация спортсменов).

3. Классификация спортсменов на классы в рамках конкретных нозологических профилей («ампутанты», «спинальники», лица с последствиями церебральных параличей, незрячие и др.). Требования к участникам соревнований по конкретным видам спорта.

#### **Занятие 15. Паралимпийское движение - основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка - главное звено паралимпийских видов спорта (2 часа).**

1. Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире.

2. Особенности спортивной тренировки в паралимпийских видах спорта. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. Средства спортивной тренировки (соревновательные упражнения, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения). Принципы спортивной тренировки. Виды подготовки спортсменов – паралимпийцев (физическая, тактическая, психологическая, теоретическая, технико-конструкторская, интегральная). Построение спортивной тренировки спортсменов.

**Занятие 16. Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта (2 часа).**

1. Основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения.

2. Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады (СО) для людей с нарушениями интеллекта. Основная программа Специальной олимпиады и организация тренировок и соревнований лиц с поражением интеллекта. Виды спорта, применяемые в СО (официальные виды спорта, национально-популярные виды спорта, запрещенные виды спорта). Индивидуальные виды спорта. Командные виды спорта.

3. Правило формирования «дивизионов» - важнейшее условие реализации философии игр Специальной Олимпиады. Награждение участников соревнований. Требования к этой церемонии. Клятва специальных спортсменов, символы Специального Олимпийского движения. Основные программы этого движения: «специальная олимпиада», «объединенный спорт», «тренировка двигательной активности», «партнерские клубы» и др.

4. Программа «Объединенный спорт». Тренеры, отбор членов команды, состав команды. Программа «Специальная олимпиада – приСОЕдиняйтесь!».

5. Обучающие семинары по адаптивному физическому воспитанию, проводимые «Специал Олимпикс Интернэшнл». Организационно-

методические основы программы Специального Олимпийского комитета (СОК) Санкт-Петербурга - как пример реализации идей и философии Специального Олимпийского движения.

**Занятие 17. Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей в адаптивном спорте (2 часа).**

1. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности Специальной олимпиады. Теория формирования двигательных действий с заданным результатом - методологическая основа методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей лиц с ограниченными возможностями. Основные установочные положения этой методики: обязательность определения эталонной программы положения тела человека (техники) и допустимых отклонений от нее; дополнение традиционной структуры обучения двигательным действиям новыми специальными этапами; необходимость применения физической помощи тренера, императивных тренажеров или технических средств их заменяющих.

2. Разработка эталонной полной ориентировочной основы двигательного действия для инвалидов каждой нозологической группы и средств императивного воздействия и ограничения возможного выхода звеньев тела занимающегося за границы допустимых отклонений - центральная проблема методики. Упражнения избранного вида адаптивного спорта, общей и специальной физической подготовки - основные средства тренировки инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

3. Естественно-средовые гигиенические факторы, их роль в адаптивном спорте. Технические средства, обеспечивающие двигательную деятельность в адаптивном спорте (коляски, протезная техника и др.).

**Занятие 18. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте (2 часа).**



1. Учреждения адаптивной физической культуры и спорта - центральное звено в системе адаптивного спорта. Учреждение адаптивной физической культуры и спорта - аналог учреждения дополнительного образования детей спортивно-физкультурной направленности, обеспечивающий равные возможности детям с отклонениями в развитии (как и обычным детям) заниматься спортом.

2. Требования к квалификации специалистов по АФК учреждений адаптивной физической культуры и спорта при присвоении им квалификационных категорий (II, I, высшей); положение об оплате специалистов по АФК; положения о численном составе занимающихся, максимальном объеме и режимах учебно-тренировочной работы - основные правовые нормативные документы, регламентирующие деятельность учреждений адаптивной физической культуры и спорта.

3. Варианты ведомственной подчиненности системы адаптивного спорта; правовые возможности создания учреждений адаптивной физической культуры и спорта в госструктурах образования, физической культуры и спорта, социального обеспечения.

**V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине  
«Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного  
спорта»**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата/сроки выполнения</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Примерные нормы времени на выполнение (час.)</b>	<b>Форма контроля</b>
<b>1 семестр (78 часов)</b>				
1	1-2 неделя	Подготовка к написанию эссе на тему «Понимание инвалидности»	12	Эссе (ПР-3) Тест (ПР-1)
2	3-4 неделя	Подготовка к собеседованию «Основные понятия и термины адаптивной физической культуры»	6	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
3	5-6 неделя	Подготовка к собеседованию «История развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»	6	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
4	7-8 неделя	Подготовка к собеседованию «Основные виды (компоненты) адаптивной физической культуры »	6	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
5	9-12 неделя	Подготовка к коллоквиуму «Организация и общая характеристика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»	12	Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)
6	13-14 неделя	Подготовка к собеседованию «Методологические аспекты адаптивной физической культуры и	6	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)

		адаптивного спорта»		
7	15-16 неделя	Подготовка к собеседованию «Задачи средства, методы и формы адаптивной физической культуры»	12	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
8	17-18 неделя	Подготовка к коллоквиуму «Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре»	18	Коллоквиум (УО – 2)
<b>2 семестр (5 часов)</b>				
9	1-10 неделя	Подготовка к собеседованию «Стратегические линии развития физических способностей»	2	Собеседование (УО-1) Рефераты (ПР-4) Тест (ПР-1)
10	11-12 неделя	Подготовка к семинару «Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте»	2	Доклад (УО-3) Тест (ПР-1)
11	13-18 неделя	Подготовка к собеседованию «Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте»	1	Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)
12	В течение семестра	Подготовка к экзамену	27	Экзамен

### **Характеристика заданий для самостоятельной работы обучающихся и методические рекомендации по их выполнению**

Самостоятельная работа по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» составляет 83 часа и 27 часов на подготовку к экзамену. Самостоятельная работа – это вид учебной деятельности, выполняемый учащимся без непосредственного контакта с преподавателем или управляемый преподавателем опосредовано

через специальные учебные материалы; неотъемлемое обязательное звено процесса обучения, предусматривающее прежде всего индивидуальную работу учащихся в соответствии с установкой преподавателя или учебника, программы обучения.

В современной дидактике самостоятельная работа студентов рассматривается, с одной стороны, как вид учебного труда, осуществляемый без непосредственного вмешательства, но под руководством преподавателя, а с другой – как средство вовлечения студентов в самостоятельную познавательную деятельность, формирования у них методов организации такой деятельности. Эффект от самостоятельной работы студентов можно получить только тогда, когда она организуется и реализуется в учебно-воспитательном процессе в качестве целостной системы, пронизывающей все этапы обучения студентов в вузе.

### **Общие рекомендации по самостоятельной работе студентов**

#### **Цели организации самостоятельной работы:**

1. Овладения понятийным аппаратом изучаемого курса;
2. Самостоятельная проработка теоретических материалов;
3. Изучение основной и дополнительной литературы по курсу;
4. Самопроверка полученных знаний и приобретённых исследовательских умений;
5. Подготовка к выполнению заданий (промежуточных, итоговых).

При изучении дисциплины и подготовке к практическим занятиям рекомендуется помимо конспектов лекций, использовать электронные версии федеральных законов, официальные документы (СНиП и рекомендации по проектированию) учебники и учебные пособия, а также официальные сайты, посвященные адаптивной физической культуре.

#### **Рекомендации по работе с литературой**

Изучение литературы следует начинать с основных рекомендуемых источников, приведенных в разделе «Список учебной литературы и информационно-методическое обеспечение дисциплины» настоящей рабочей

программы. При этом полезно конспектировать литературу, делать выписки, сноски и т.д. Это помогает систематизировать и структурировать имеющийся материал. Кроме того такой подход дает возможность вычленять в тексте главное, что чрезвычайно важно при большом объеме используемой информации.

По изучаемым темам рекомендуется формировать личный архив, а также каталог используемых источников. Подобная работа будет весьма полезной с точки зрения накопления материала для дальнейшей организации научной работы.

### **Рекомендации по работе в библиотеке**

Важным элементом самоподготовки является работа с библиотечным фондом ДВФУ. Студент может:

- а) получить книги на научном абонементе библиотеки для домашней работы в течение семестра;
- б) изучать литературу (учебники, журнальные и газетные статьи) в читальном зале;
- в) воспользоваться электронным каталогом;
- г) прибегнуть к литературе, имеющейся в методическом кабинете кафедры;
- д) прибегнуть, в случае необходимости получения сведений об источниках информации, к помощи библиотечных работников.

При пользовании библиотечным фондом рекомендуется использовать различные источники информации, но предпочтение следует отдавать научной литературе - монографиям, научным журналам. Могут понадобиться законодательные и нормативные документы.

Весь собранный материал следует систематизировать, сгруппировать по темам, вычленить ключевые проблемы, по возможности осуществить сравнительный анализ мнений различных авторов по существу изучаемых вопросов. Приветствуется умение студента обобщать материал, делать собственные выводы.

## **Рекомендации по изучению сайтов по темам дисциплины в сети**

### **Интернет**

Ресурсы Интернета являются одним из наиболее эффективных источников быстрого поиска необходимой информации.

Поиск информации можно осуществлять с помощью сайта ДВФУ. Для помощи студенту в самостоятельной работе в сети Интернет используются:

- Интернет-телефония;
- сайты периодических изданий (журналов и т.п.), официальных органов государственной власти, управления, отраслевых и специализированных организаций (институтов, центров и т.п.) и др.

Характерной особенностью задания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» является подготовка к следующим формам практических занятий:

- Собеседование (УО-1)
- Коллоквиум (УО-2)
- Доклад (УО-3)
- Тест (ПР-1)
- Эссе (ПР-3)
- Реферат (ПР-4).

**Содержание самостоятельной работы по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»**

### **Самостоятельная работа №1**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Понятия «инвалид», «инвалидность».
2. Компоненты инвалидности, степени ограничения жизнедеятельности.

3. Группы инвалидности.
4. Причины инвалидности.
5. Модели инвалидности (медицинская, социальная, политическая, модель независимой жизни).

### **Самостоятельная работа №2**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Предмет, объект и содержание адаптивной физической культуры.
2. Характеристика основных определений и терминов адаптивной физической культуры.
3. Адаптивная физическая культура в системе высшего и среднего профессионального образования.
4. Характеристика специальности и «портрет» специалиста по адаптивной физической культуре.
5. Роль и место в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

### **Самостоятельная работа №3**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
2. Становление и развитие адаптивной физической культуры и адаптивного спорта среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
3. История адаптивной физической культуры адаптивного спорта и для лиц с поражением слуха.
4. История адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
5. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта.

### **Самостоятельная работа №4**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Основные виды (компоненты) адаптивной физической культуры, критерии выделения основных видов адаптивной физической культуре.
2. Характеристика и отличительные черты адаптивного физического воспитания.
3. Характеристика и отличительные черты адаптивной двигательной рекреации.
4. Характеристика и отличительные черты адаптивного спорта.
5. Характеристика и отличительные черты физической реабилитации.
6. Характеристика и отличительные черты креативных и экстремальных видов двигательной активности.

#### **Самостоятельная работа №5**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом.
2. Организация адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Организация адаптивного спорта.
4. Организация адаптивной двигательной рекреации.
5. Организация физической реабилитации.
7. Общесметодические принципы адаптивной физической культуры.
6. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности.

#### **Самостоятельная работа №6**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).



2. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой.

3. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры.

4. Функции адаптивной физической культуры.

5. Принципы адаптивной физической культуры.

### **Самостоятельная работа №7**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Педагогические задачи адаптивной физической культуры.

2. Средства адаптивной физической культуры.

3. Методы адаптивной физической культуры.

4. Формы организации адаптивной физической культуры.

### **Самостоятельная работа №8**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Факторы, определяющие стратегию процесса обучения.

2. Реализация принципов обучения в физическом воспитании.

3. Теория поэтапного формирования двигательного действия.

4. Взаимодействие навыков.

5. Закономерности формирования двигательных умений и навыков.

6. Этапы начального разучивания, углубленного разучивания, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.

7. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок и пути их устранения.

8. Возможности изменения сформированных умений и навыков.

9. Профилактика травматизма в процессе освоения двигательных действий.

10. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров.

11. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки.

12. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

### **Самостоятельная работа №9**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Развитие отстающих физических способностей («укрепления слабого звена»).
2. Совершенствование наиболее сильных сторон моторики («навстречу природе»), их комплексное применение в адаптивной физической культуре.

### **Самостоятельная работа №10**

Подготовить реферат на тему «Средства и методы развития физических способностей в адаптивной физической культуре» или «Развитие физических способностей в избранном виде адаптивного спорта».

### **Самостоятельная работа №11**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Особенности текущего, этапного и циклового планирования и педагогического контроля в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.
2. Медико-психологический контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.

### **Самостоятельная работа №12**

Подготовить ответы на вопросы:

1. Традиционная модель соревновательной деятельности. Нетрадиционная модель соревнований Специальной олимпиады.
2. Адаптивный спорт как путь преодоления психологических комплексов; овладения ценностями физической культуры; вхождения в социум (выход из замкнутого пространства лечебных учреждений и мест проживания), адаптации к нему и «завоевания» социального пространства; познания себя и мира; полноценного общения.
3. Участие в учебно-тренировочном процессе и соревновательной деятельности как модель реализации здорового образа жизни. Негативные

явления адаптивного спорта (допинг, нарушения принципов «честной игры», искажение принципов спортивно-медицинской классификации и др.) и их преодоление в системе воспитательных мероприятий.

4. Гуманистически ориентированные модели адаптивного спорта. Программа Спартианских игр - модель спорта для лиц с ограниченными возможностями в системе гуманистически ориентированной социальной политики.

### **Требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов должна обладать следующими признаками:

- быть выполненной лично студентом или являться самостоятельно выполненной частью коллективной работы согласно заданию преподавателя;
- представлять собой законченную разработку (законченный этап разработки), в которой раскрываются и анализируются актуальные проблемы по определённой теме и её отдельным аспектам (актуальные проблемы изучаемой дисциплины и соответствующей сферы практической деятельности);
- демонстрировать достаточную компетентность автора в раскрываемых вопросах;
- иметь учебную, и/или практическую направленность и значимость;
- содержать определенные элементы новизны.

Самостоятельная письменная работа оформляется в соответствии с требованиями, принятыми стандартом с учётом дополнительных требований департамента физической культуры и спорта (преподавателя) и представляется в указанный срок.

### **Критерии оценки выполнения самостоятельной работы**

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов с использованием балльно-рейтинговой системы. Текущий

контроль СРС – это форма планомерного контроля качества и объема приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины, проводится на практических и семинарских занятиях и во время консультаций преподавателя.

Максимальное количество баллов по каждому виду задания студент получает, если:

- обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

- дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

- правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

70-89% от максимального количества баллов («5 баллов») студент получает, если: неполно (не менее 70 % от полного), но правильно изложено задание;

- при изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя;

- дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

- может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

- правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

50-69 % от максимального количества баллов («4 балла») студент получает, если:

- неполно (не менее 50 % от полного), но правильно изложено задание;

- при изложении допущена 1 существенная ошибка;

- знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировки понятий;

- излагает выполнение задания недостаточно логично и последовательно;

- затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

49 % и менее от максимального количества баллов («3 балла») студент получает, если:

- неполно (менее 50 % от полного) изложено задание;

- при изложении были допущены существенные ошибки.

В «0» баллов преподаватель вправе оценить выполнение студентом задание, если оно не удовлетворяет требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

## VI. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/п	Контролируемые разделы / темы дисциплины	Код и наименование индикатора достижения	Результаты обучения	Оценочные средства	
				текущий контроль	Промежуточная аттестация
	<p>Раздел 1. Основные положения, термины и виды адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</p> <p>Тема 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры, история ее становления и развития.</p> <p>Тема 2. Предмет, цель, задачи и виды адаптивной физической культуры.</p> <p>Тема 3. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</p> <p>Тема 4. Функции, принципы, средства, методы и формы адаптивной физической культуры.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре</p> <p>ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте</p> <p>ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Знает основные понятия и термины адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития.</p> <p>Знает роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</p> <p>Знает естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни.</p>	<p>Эссе (ПР-3) Собеседование (УО-1) Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к зачету 1-30 Вопросы к экзамену 1-36, 80-84</p>

	<p>Раздел 2. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. Тема 1. Основы формирования двигательного навыка. Тема 2. Структура процесса обучения и особенности его этапов в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации. Владеет высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также</p>	<p>Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к зачету 31-38 Вопросы к экзамену 37, 39-45</p>
--	---	---	---	--	--

			<p>этиологии и патогенеза заболеваний. Владеет высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры.</p>		
	<p>Раздел 3. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте Тема 1. Теоретико-практические основы развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. Тема 2. Методика развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Владеет способностью, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимального устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья. Умеет выполнять научные исследования и использовать их результаты в целях повышения эффективности реабилитационной деятельности. Умеет организовать процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в</p>	<p>Собеседование (УО-1) Рефераты (ПР-4) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 38, 46-54</p>



			противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей.		
	<p>Раздел 4. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. Тема 1. Особенности текущего, этапного и циклового планирования и педагогического контроля в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. Тема 2. Медико-психологический контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации. Владеет способностью, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимального устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.</p>	<p>Доклад (УО-3) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 55-64</p>

	<p>Раздел 5. Адаптивный спорт. Тема 1. Характеристика адаптивного спорта. Тема 2. Организация и проведение соревнований среди инвалидов.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Владеет высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. Умеет организовать процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей. Владеет высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере</p>	<p>Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 65-79</p>
--	--	---	---	---	---------------------------------

			адаптивной физической культуры.		
--	--	--	---------------------------------	--	--

## **VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основная литература**

1. Евсева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2018.— 392 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40821>.

2. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - М. : Академия, 2017. – 495 с. — Режим доступа: <http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:813672&theme=FEFU>

3. Акатова, А. А. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Электрон. текстовые данные. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2019. — 102 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70620.html>

4. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. П. Евсеев, О. Э. Евсева, Е. Б. Ладыгина [и др.] ; под ред. С. П. Евсеев. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2017. — 304 с. — 978-5-9718-0714-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766.html>

5. Евсева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник / О. Э. Евсева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеев. — Электрон. текстовые данные.

— М. : Советский спорт, 2018. — 392 с. — 978-5-9718-0671-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40821.html>

### Дополнительная литература

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева, Е. Б. Ладыгина [и др.] ; под ред. С. П. Евсеев. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — 978-5-9718-0714-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40766.html>

2. Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт [Электронный ресурс] / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2010. — 376 с. — 978-5-9718-0460-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9900.html>

3. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсеева. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2013. — 96 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51782>

4. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивное физическое воспитание. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с тяжёлыми и множественными нарушениями в развитии [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. Н. Ростомашвили, М. М. Креминская ; под ред. Л. Н. Ростомашвили. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2008. — 120 с. — 978-5-8179-0096-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29964.html>

5. Соколова, В. С. Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста с детским церебральным параличом [Электронный ресурс] : монография / В. С. Соколова, А. А. Анастасиадис. — Электрон.

текстовые данные. — М. : Московский педагогический государственный университет, 2018. — 164 с. — 978-5-4263-0603-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/79055.htm>

## **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используется следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Skype, программное обеспечение электронного ресурса сайта ДВФУ, включая ЭБС ДВФУ.

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующие информационно справочные системы:

1. Фундаментальная библиотека ДВФУ - <https://www.dvfu.ru/library/>
2. Фундаментальная библиотека РГПУ им. А.И. Герцена - <http://lib.herzen.spb.ru>
3. Базы данных компании EastViewPublications (Ист-Вью)
4. Базы данных GaleGroup – <http://www.neicon.ru/res/gale.htm>
5. Федеральный портал Российское образование – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=242](http://www.edu.ru/index.php?page_id=242)
6. Каталог образовательных интернет-ресурсов – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=6](http://www.edu.ru/index.php?page_id=6)
7. Библиотека портала – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=242](http://www.edu.ru/index.php?page_id=242)
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
9. Гуманитарная электронная библиотека <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
10. Библиотека Гумер – <http://www.gumer.info/>
11. Электронная библиотека учебников. Учебники по педагогике –

<http://studentam.net/content/category/1/2/5/>

12. Интернет библиотека электронных книг Elibrus –

<http://elibrus.1gb.ru/psi.shtml>

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используется следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Skype, программное обеспечение электронного ресурса сайта ДВФУ, включая ЭБС ДВФУ.

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующие информационно справочные системы:

1. Фундаментальная библиотека ДВФУ - <https://www.dvfu.ru/library/>
2. Фундаментальная библиотека РГПУ им. А.И. Герцена - <http://lib.herzen.spb.ru>
3. Базы данных компании EastViewPublications (Ист-Вью)
4. Базы данных GaleGroup – <http://www.neicon.ru/res/gale.htm>
5. Федеральный портал Российское образование – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=242](http://www.edu.ru/index.php?page_id=242)
6. Каталог образовательных интернет-ресурсов – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=6](http://www.edu.ru/index.php?page_id=6)
7. Библиотека портала – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=242](http://www.edu.ru/index.php?page_id=242)
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
9. Гуманитарная электронная библиотека <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
10. Библиотека Гумер – <http://www.gumer.info/>
11. Электронная библиотека учебников. Учебники по педагогике –

<http://studentam.net/content/category/1/2/5/>

12. Интернет библиотека электронных книг Elibrus –

<http://elibrus.1gb.ru/psi.shtml>

В учебном процессе по дисциплине используются следующие информационно-справочные и поисковые системы, а также программное обеспечение и электронные библиотечные системы:

- Информационно-справочная система «Консультант плюс»;
- Информационно-справочная правовая система «Гарант»;
- Информационно-справочная система «Кодекс»;
- Поисковые системы: Google, Yandex;

*Программное обеспечение:*

- Операционная система Windows;
- Пакет прикладных программ Microsoft Office: Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point.

*Электронные библиотечные системы:*

- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – режим доступа  
URL: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Электронно-библиотечная система Znaniun.com – режим доступа  
URL: <http://www.znaniun.com>

## **VIII. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Учебный курс структурирован по тематическому принципу, что позволяет систематизировать учебный материал по данному предмету.

В процессе изучения материалов учебного курса предлагаются разнообразные формы работ: чтение лекций, работа на практических занятиях, решение тестов, работа с учебной литературой, выполнение контрольных работ.

Лекционные занятия ориентированы на освещение основных тем курса и призваны ориентировать студентов в предлагаемом материале, заложить научные и методологические основы для дальнейшей самостоятельной работы студентов.

Методические рекомендации студентам по подготовке домашних заданий

1. Перед началом самостоятельной работы студентам следует рекомендовать изучить содержание основных видов заданий: их краткую характеристику, ориентировочные затраты времени на их подготовку, алгоритм действий и объем помощи преподавателя.

2. Все виды заданий могут быть обязательными или дополнительными.

3. Обязательные задания предлагаются преподавателем после изучения каждой темы. Они комментируются преподавателем, который сообщает требования по их выполнению, сроки исполнения, критерии оценки и пр.

4. Дополнительные задания являются заданиями по выбору студента. Студентам предоставляется возможность в зависимости от своих индивидуальных особенностей, склонностей по каждой теме выбрать из перечня то или иное задание так, чтобы оно не повторялось по другой теме и не дублировало форму обязательного задания.



5. Расчет объема часов самостоятельной работы по каждой теме складывается из суммы ориентировочных затрат времени на выполнение обязательных и выбранных студентами дополнительных заданий. При этом общий объем времени по каждой теме не должен быть менее количества часов, отведенных на ее изучение по тематическому плану.

1. Студенты должны ознакомиться с образцами выполнения заданий, критериями их оценки.

2. Студенты подбирают необходимую литературу, получая консультации преподавателя.

3. Студенты выполняют задания самостоятельной работы и сдают выполненные работы преподавателю, при необходимости представляя их результаты на практическом занятии.

4. Оценка выполненных заданий в баллах проставляется преподавателем в Таблице.

5. Итоговая сумма набранных студентом баллов, суммируясь с результатами оценки аудиторной работы, составит рейтинговый показатель студента, который может учитываться при проведении итогового контроля знаний по дисциплине.

### **Методические рекомендации по работе с литературой**

Важной составляющей самостоятельной внеаудиторной подготовки является работа с литературой ко всем видам занятий: семинарским, практическим, при подготовке к зачетам, экзаменам, тестированию, участию в научных конференциях.

Умение работать с литературой означает научиться осмысленно пользоваться источниками. Прежде чем приступить к освоению научной литературы, рекомендуется чтение учебников и учебных пособий.

Существует несколько методов работы с литературой. Один из них – самый известный – метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Наиболее эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными.

Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала. План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме.

Преимущество плана состоит в следующем. Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании. В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему – быстрее обычного вспомнить прочитанное. В-четвертых, с помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т. д.

Выписки – небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отдельные абзацы, а также дословные и близкие к дословным записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного.

Выписки представляют собой более сложную форму записей содержания исходного источника информации. По сути, выписки – не что иное, как цитаты, заимствованные из текста. Выписки позволяют в концентрированной форме и с максимальной точностью воспроизвести в произвольном (чаще последовательном) порядке наиболее важные мысли автора, статистические и даталогические сведения. В отдельных случаях —

когда это оправданно с точки зрения продолжения работы над текстом – вполне допустимо заменять цитирование изложением, близким к дословному.

Тезисы – сжатое изложение содержания изученного материала в утвердительной (реже опровергающей) форме. Отличие тезисов от обычных выписок состоит в следующем. Во-первых, тезисам присуща значительно более высокая степень концентрации материала. Во-вторых, в тезисах отмечается преобладание выводов над общими рассуждениями. В-третьих, чаще всего тезисы записываются близко к оригинальному тексту, т. е. без использования прямого цитирования. Исходя из сказанного, нетрудно выявить основное преимущество тезисов: они незаменимы для подготовки глубокой и всесторонней аргументации письменной работы любой сложности, а также для подготовки выступлений на защите, докладов и пр.

Аннотация – краткое изложение основного содержания исходного источника информации, дающее о нем обобщенное представление. К написанию аннотаций прибегают в тех случаях, когда подлинная ценность и пригодность исходного источника информации исполнителю письменной работы окончательно неясна, но в то же время о нем необходимо оставить краткую запись с обобщающей характеристикой. Для указанной цели и используется аннотация.

Характерной особенностью аннотации наряду с краткостью и обобщенностью ее содержания является и то, что пишется аннотация всегда после того, как (хотя бы в предварительном порядке) завершено ознакомление с содержанием исходного источника информации. Кроме того,

пишется аннотация почти исключительно своими словами и лишь в крайне редких случаях содержит в себе небольшие выдержки оригинального текста.

Резюме – краткая оценка изученного содержания исходного источника информации, полученная, прежде всего, на основе содержащихся в нем выводов. Резюме весьма сходно по своей сути с аннотацией. Однако, в отличие от последней, текст резюме концентрирует в себе данные не из основного содержания исходного источника информации, а из его заключительной части, прежде всего выводов. Но, как и в случае с аннотацией, резюме излагается своими словами – выдержки из оригинального текста в нем практически не встречаются.

Конспект – сложная запись содержания исходного текста, включающая в себя заимствования (цитаты) наиболее примечательных мест в сочетании с планом источника, а также сжатый анализ записанного материала и выводы по нему.

Для работы над конспектом следует:

- определить структуру конспектируемого материала, чему в значительной мере способствует письменное ведение плана по ходу изучения оригинального текста;
- в соответствии со структурой конспекта произвести отбор и последующую запись наиболее существенного содержания оригинального текста – в форме цитат или в изложении, близком к оригиналу;
- выполнить анализ записей и на его основе – дополнение записей собственными замечаниями, соображениями, "фактурой", заимствованной из других источников и т. п. (располагать все это следует на полях тетради для записей или на отдельных листах-вкладках);
- завершить формулирование и запись выводов по каждой из частей оригинального текста, а также общих выводов.

Систематизация изученных источников позволяет повысить эффективность их анализа и обобщения. Итогом этой работы должна стать логически выстроенная система сведений по существу исследуемого вопроса.

Необходимо из всего материала выделить существующие точки зрения на проблему, проанализировать их, сравнить, дать им оценку.

Кстати, этой процедуре должны подвергаться и материалы из Интернета во избежание механического скачивания готовых текстов. В записях и конспектах студенту очень важно указывать названия источников, авторов, год издания. Это организует его, а главное, пригодится в последующем обучении. Безусловно, студент должен взять за правило активно работать с литературой в библиотеке используя, в том числе, их компьютерные возможности (электронная библиотека в сети Интернет).

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

Учебные занятия по дисциплине проводятся в помещениях, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением.

Перечень материально-технического и программного обеспечения дисциплины приведен в таблице.

### **Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины**

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Лекционные аудитории	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проектор 3-chip DLP, 10 600 ANSI-лм, WUXGA 1 920x1 200 (16:10) PT-DZ110XE Panasonic;</li> <li>- экран 316x500 см, 16:10 с эл. приводом;</li> <li>- крепление настенно-потолочное Elpro Large Electrol Projecta;</li> <li>- профессиональная ЖК-панель 47", 500 Кд/м2, Full HD M4716CCBA LG.</li> </ul>	Лицензионные программы Microsoft Office 2010
Аудитории для практических занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- компьютеры типа Lenovo C360G-i34164G500UDK;</li> <li>- проектор Panasonic DLPPProjectorPT-D2110XE;</li> <li>- плазма LG FLATRON</li> </ul>	Лицензионные программы Microsoft Office 2010

	M4716CCBAM4716CJ.	
Жилые корпуса ДВФУ	Wi-Fi	

## **Х. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

### **Индикаторы достижения освоения дисциплины «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА»**

№ п/п	Контролируемые разделы / темы дисциплины	Код и наименование индикатора достижения	Результаты обучения	Оценочные средства	
				текущий контроль	Промежу- точная аттестация

	<p>Раздел 1. Основные положения, термины и виды адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.</p> <p>Тема 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры, история ее становления и развития.</p> <p>Тема 2. Предмет, цель, задачи и виды адаптивной физической культуры.</p> <p>Тема 3. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</p> <p>Тема 4. Функции, принципы, средства, методы и формы адаптивной физической культуры.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре</p> <p>ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте</p> <p>ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Знает основные понятия и термины адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития.</p> <p>Знает роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</p> <p>Знает естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни.</p>	<p>Эссе (ПР-3) Собеседование (УО-1) Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к зачету 1-30 Вопросы к экзамену 1-36, 80-84</p>
	<p>Раздел 2. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p> <p>Тема 1. Основы</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре</p> <p>ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте</p>	<p>Умеет обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных</p>	<p>Коллоквиум (УО – 2) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к зачету 31-38 Вопросы к экзамену 37, 39-45</p>

	<p>формирования двигательного навыка. Тема 2. Структура процесса обучения и особенности его этапов в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>й процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации. Владеет высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ, содействующих формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. Владеет высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере</p>		
--	--	--	---	--	--



			адаптивной физической культуры.		
	<p>Раздел 3. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p> <p>Тема 1. Теоретико-практические основы развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p> <p>Тема 2. Методика развития физических способностей в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре</p> <p>ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте</p> <p>ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>Владеет способностью, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья. Умеет выполнять научные исследования и использовать их результаты в целях повышения эффективности реабилитационной деятельности. Умеет организовать процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей.</p>	<p>Собеседование (УО-1) Рефераты (ПР-4) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 38, 46-54</p>
	<p>Раздел 4. Планирование и контроль в адаптивной</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в</p>	<p>Умеет обобщать и внедрять в практическую</p>	<p>Доклад (УО-3) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 55-64</p>

	<p>физической культуре и адаптивном спорте. Тема 1. Особенности текущего, этапного и циклового планирования и педагогического контроля в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте. Тема 2. Медико-психологический контроль в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте.</p>	<p>адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации. Владеет способностью, взаимодействуя с членами междисциплинарной команды, творчески решать задачи максимального возможного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.</p>		
	<p>Раздел 5. Адаптивный спорт. Тема 1. Характеристика адаптивного спорта. Тема 2. Организация и проведение соревнований среди инвалидов.</p>	<p>ПК – 1.1 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивной физической культуре ПК – 1.2 Осуществляет тренировочный процесс в адаптивном спорте</p>	<p>Владеет высоким уровнем знаний, опытом творческой работы, эмоционально-ценностных отношений в разработке и внедрении тренировочных программ,</p>	<p>Собеседование (УО-1) Тест (ПР-1)</p>	<p>Вопросы к экзамену 65-79</p>

		<p>ПК – 1.3 Управляет тренировочным процессом в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте</p>	<p>содействующим формированию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний. Умеет организовать процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей. Владеет высоким уровнем знаний и опытом творческой работы в сфере адаптивной физической культуры.</p>		
--	--	--	--	--	--

Примерное содержание методических рекомендаций,  
определяющих процедуры оценивания результатов освоения  
дисциплины «Теория и методика адаптивной физической культуры и  
адаптивного спорта»

Текущая аттестация студентов. Текущая аттестация студентов по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» проводится в форме контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения студентов и осуществляется ведущим преподавателем.

Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);

- степень усвоения теоретических знаний;

уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;

- результаты самостоятельной работы.

### **Перечень и характеристика оценочных процедур**

#### 1. Собеседование (УО-1)

Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.

Собеседования проводятся в рамках семинарских занятий, содержание вопросов определено в соответствующих темах в разделе IV настоящей

рабочей программы дисциплины («Структура и содержание практической части курса и самостоятельной работы»).

#### Критерии оценивания собеседования

5 баллов – если ответ показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.

4 балла – ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна – две неточности в ответе.

3 балла - ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.

2 балла – ответ допускает серьезные ошибки в содержании, обнаруживает значительное незнание изучаемой области.

#### 2. Коллоквиум (УО-2)

Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.

Коллоквиумы проводятся в рамках семинарских занятий, содержание вопросов определено в соответствующих темах в разделе IV настоящей рабочей программы дисциплины («Структура и содержание практической части курса и самостоятельной работы»).

Критерии оценки (устный ответ)

100-85 баллов - если ответ показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.

85-76 - баллов - ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.

75-61 - балл – оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько

ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.

60-50 баллов – ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа; незнание современной проблематики изучаемой области.

### 3. Эссе (ПР-3)

Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

#### Тематика эссе

1. Понимание инвалидности.
2. Организация физкультурно-спортивной работы с инвалидами.
3. Инфраструктура реабилитационной индустрии.
4. Доступность среды для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

#### Критерии оценивания эссе.

Критерий	Требования	Максимальное количество баллов
<b>Знание и понимание теоретического материала.</b>	- определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; - используемые понятия строго соответствуют теме;	20 баллов
<b>Анализ и оценка информации</b>	- грамотно применяет категории анализа; - умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; - способен объяснить альтернативные взгляды на	40 баллов

	<p>рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- диапазон используемого информационного пространства (участник использует большое количество различных источников информации);</li> <li>- обоснованно интерпретирует текстовую информацию с помощью графиков и диаграмм;</li> <li>- дает личную оценку проблеме;</li> </ul>	
<b>Построение суждений</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ясность и четкость изложения;</li> <li>- логика структурирования доказательств</li> <li>- выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией;</li> <li>- приводятся различные точки зрения и их личная оценка.</li> <li>- общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи.</li> </ul>	30 баллов
<b>Оформление работы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат;</li> <li>- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка;</li> <li>- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации;</li> <li>- соответствие формальным требованиям.</li> </ul>	10 баллов

#### 4. Реферат (ПР-4)

Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

Рефераты подготавливаются в рамках самостоятельной работы и определены в соответствующих темах в разделе IV настоящей рабочей программы дисциплины («Структура и содержание практической части курса и самостоятельной работы»).

Реферат пишется студентами в течение семестра в сроки, устанавливаемые преподавателем по конкретной дисциплине, и сдается преподавателю, ведущему дисциплину.



При оценке реферата учитываются соответствие содержания теме, четкость структуры работы, умение работать с научной литературой, умение ставить проблему и анализировать ее, умение логически мыслить, владение профессиональной терминологией, грамотность оформления.

Структура реферата:

- титульный лист – без нумерации;
- план;
- введение – с краткой аннотацией выполненной работы;
- анализ изучаемой темы по рекомендуемому перечню содержания рефератов с заключением по обзору литературных источников;
- выводы – по существу выполненной работы;
- библиография – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) 12-15 источников.

Критерии оценок реферата.

Оценка «зачтено» ставится, если в работе:

- правильно сформулированы цели и задачи (объект, предмет, цель, задачи, методы исследования, гипотеза);
- достаточно полно подобрана и проанализирована изучаемая литература;
- сделаны аргументированные выводы, вытекающие из содержания работы;
- правильно составлен план, охватывающий основные вопросы;
- грамотно использованы цитаты, точно указаны источники;
- изложение ведется по плану;
- работа написана литературным языком, грамотно оформлена.

Оценка «не зачтено» ставится, если в работе имеются следующие существенные недостатки:

- отсутствует ясная постановка конкретных целей и задач;
- недостаточно полно подобран материал или пересказано содержание учебника, лекции;

-недостаточно систематизирована, проанализирована и обобщена основная литература;

-отсутствуют выводы или они не соответствуют основным направлениям работы;

-изложение не соответствует плану;

-слабо аргументировано применение цитат или работа перегружена ими.

## 5. Тест (ПР-1).

Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.

Подготовка к тесту предполагает самостоятельную проработку студентом предложенной темы с последующим ответом на вопросы, методом выбора одного правильного из нескольких предложенных вариантов.

Для успешного выполнения теста студенту рекомендуется действовать по следующему алгоритму: студенты выполняют задания, самостоятельно обращаясь к учебной, справочной литературе. Проверка выполнения заданий осуществляется на практических занятиях с помощью письменных самостоятельных работ.

### Примерное тестовое задание

**1. Приоритет цели обучения двигательным действиям в большей степени смещен к результату в следующих видах АФК: ...**

**а.** креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практиках

**б.** адаптивном спорте

**в.** экстремальных видах двигательной активности

**г.** адаптивной двигательной рекреации

**2. Приоритет цели обучения отдан процессу освоения двигательным действием в следующих видах АФК: ...**

**а.** адаптивной физической реабилитации, креативных (художественно-

музыкальных) телесно-ориентированных практиках

**б.** адаптивном физическом воспитании, физической реабилитации, адаптивном спорте, экстремальных видах двигательной активности

**в.** адаптивном спорте, экстремальных видах двигательной активности, адаптивной двигательной рекреации

**г.** креативных телесно-ориентированных практиках, адаптивном физическом воспитании, адаптивной двигательной рекреации

### **3. Перечислите этапы формирования действий и понятий.**

**а.** Этапы формирования схемы ООД, действия в материальной форме, усвоения действия в форме внешней речи, затем «беззвучно» и в форме внутренней речи

**б.** Этапы формирования ориентировочной основы действия (знакомство с ситуацией, осознание задач, структуры действия и возможности его выполнения)

**в.** На этапе формирования действия в материальной форме, понятия, которые следует усвоить, предъявлены уже как вещи и воспринимаются органами чувств

**г.** Этапы усвоения действия относятся к ориентировочной части, исполнительная часть всегда материальна и развернута

### **4. Ориентировочная основа действия, это ...**

**а.** образ системы условий (образ действия, образ среды) выполнения действия

**б.** понятия, воспринимаемые органами чувств (зрение, осязание, мышцы)

**в.** внутренний динамический стереотип действия

**г.** действие, оформленное словесно, терминологически с помощью речи

**5. Автором теории поэтапного формирования действий и понятий является ...**

**а.** В.Н. Платонов

б. П.Ф. Лесгафт

в. Л.С. Выготский

г. П.Я. Гальперин

6. «Образ», это ...

а. звено в цепи познавательных процессов

б. регулятор предметных действий

в. отражение объективной реальности

г. предмет, существующий вне сознания

7. Особенности этапа «чистого» перцептивного обучения в процессе формирования действия заключаются в ...

а. отсутствии словесного сопровождения

б. отсутствии моторного компонента действия

в. принудительном ограничении движений

г. выполнении действия по частям

8. Метод принудительного воздействия на звенья тела человека более всего используется в ...

а. адаптивной физической рекреации

б. адаптивной физической реабилитации

в. экстремальных видах двигательной активности

г. креативных телесно-ориентированных практиках

9. Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом, на практике реализуется при помощи ...

а. тренажеров, перемещающих звенья тела человека по эталонной программе

б. физической нагрузки, учитывающей уровень физической подготовленности

в. подготовительных и подводящих упражнений

г. восстановительных мероприятий, проводящихся после каждой нагрузки

10. Центральный принцип «искусственной управляющей

**среды», заключающийся в установке ритмо-скоростной основы будущего двигательного навыка, реализуется за счет ...**

- а.** использования музыкального сопровождения
- б.** оказания помощи со стороны учителя, тренера, методиста
- в.** использования в занятиях звуколидеров, темполидеров и метрономов
- г.** использования тренажерных устройств с заданными характеристиками

**11. Согласно какой концепции формирования двигательного действия, эталонная временная компонента должна закладываться с самого начала за счет широкого применения тренажеров, образующих «энергосиловую каркас» и обеспечивающий дозированную помощь занимающимся?**

- а.** Формирование двигательного действия «с заданным результатом»
- б.** Создание «ситуации успеха»
- в.** «Искусственная управляющая среда»
- г.** Концепция «зоны актуального развития»

**12. Императивными называются ...**

- а.** тренажеры, управляющие суставными движениями
- б.** комплексные тренажерные стенды
- в.** активные экзоскелетоны
- г.** антропоморфные механизмы

**13. Назовите два центральных положения теории обучения двигательным действиям в АФК: ...**

**а.** создание оптимальных условий выполнения осваиваемых движений за счет разнообразных средств, обеспечивающих полную безопасность занимающихся

**б.** определение правильного образа двигательного действия, построенного на основе количественного и качественного анализа структуры движения

**в.** создание специальных, искусственных условий за счет широкого применения помощи и технических средств; определение «эталонной» техники действия

**г.** создание необходимых условий выполнения осваиваемых движений за счет технологий, компенсирующих недостаточную подготовленность занимающихся

**14. Средство материально-технического обеспечения учебного процесса, позволяющее организовать искусственные условия для эффективного формирования умений и навыков, развития и совершенствования качеств и способностей человека, соответствующих требованиям его будущей деятельности, называется \_\_\_\_\_**

**15. Все тренажеры, применяемые в физической культуре, можно разделить в зависимости от природы объектов, которые моделируются с их помощью, на три крупных класса: .**

**а.** воспроизводящие действия партнеров, соперников и других объектов

**б.** моделирующие средства передвижения, предметы, условия

**в.** моделирующие объекты социальной природы, живой и неживой природы

**г.** комбинированного, специализированного, сопряженного воздействий

**16. В соответствии со способами воздействия искусственных условий на человека, разделите тренажеры, применяемые в АФК, на уровни:**

**а.** тренажеры на развитие силы, выносливости, гибкости, координационных и скоростно-силовых способностей

**б.** тренажеры, которые «облегчают», «стимулируют», «направляют» действия; «помогают», «управляют» перемещением звеньев, «посылают команды» мышцам

в. тренажеры на мышцы верхнего плечевого пояса, мышцы ног, спины, для развития мышц брюшного пресса

г. тренажеры, имитирующие циклические виды спорта (беговые дорожки, велотренажеры, гребные тренажеры), ациклические движения (комплексы)

**17. Как классифицируются в АФК тренажеры по степени реализации с их помощью обратной связи и автоматизации процессов управления искусственными условиями?**

а. Тренажеры, обеспечивающие срочную и текущую информацию о движениях и ошибках; адаптацию искусственных условий к действиям занимающегося

б. Тренажерные устройства с быстродействующими ЭВМ блоками собственных устройств, звуко- и светолидерами

в. Тренажеры, имитирующие циклические виды спорта (беговые дорожки, велотренажеры, гребные тренажеры), ациклические движения (комплексы)

г. Тренажеры, которые «облегчают», «стимулируют», «направляют» действия; «помогают», «управляют» перемещением звеньев, «посылают команды» мышцам

**18. Основная цель страховки при выполнении двигательного действия заключается в**

а. обеспечении безопасности на занятиях (предупреждение травм)

б. обеспечении санитарно-гигиенических условий на занятиях

в. правильном расположении спортивных снарядов в зале

г. обеспечении дисциплины на занятии

**19. Перечислите основные приемы физической помощи: ...**

а. проводка, фиксация, подталкивание, поддержка, подкрутка

б. использование «лонжи»: неподвижной, подвижной, комбинированной

в. помощь с перемещениями (значительными и нет) и без перемещений

г. помощь с усилиями и без них, на спортивном снаряде и вне снаряда

**20. При обучении двигательным действиям в АФК необходимо учитывать три группы факторов: ...**

а. кинематические и динамические характеристики действия, программу вращения тела, ограничения двигательной сферы занимающегося, особенности дефекта

б. эталонную ориентировочную основу двигательного действия, программу перемещения общего центра масс, уровень физической подготовленности

в. программу изменения суставных движений, диапазоны допустимых отклонений от эталонной программы, особенности физического развития занимающихся

г. потребности и мотивы занимающихся, особенности двигательного действия, особенности занимающихся, которые будут осваивать действие

**21. Ведущим в развитии физических способностей является фактор**

а. этапности

б. движения

в. неравномерности

г. обратимости

**22. Какой закономерности развития физических способностей более всего присущ эффект сопряженного воздействия?**

а. Зависимости развития физических способностей от двигательных режимов

б. Неравномерности и гетерохронности развития физических способностей

в. Единству и взаимосвязи между умениями и физическими способностями

г. Обратимости показателей развития физических способностей

**23. Развитию выносливости соответствует режим работы и**



**отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе ...**

- а. недовосстановления работоспособности
- б. полного восстановления работоспособности
- в. сверхвосстановления
- г. повышенной работоспособности

**24. При выполнении повторной нагрузки на фазе сверхвосстановления развиваются следующие физические способности:**

...

- а. координационные и скоростно-силовые способности
- б. силовые, подвижность в суставах, выносливость
- в. скоростные и силовые способности, специальная выносливость
- г. общая выносливость и координационные способности

**25. В основе этапов развития физических способностей лежат ...**

- а. восстановительные процессы
- б. процессы возбуждения и торможения
- в. приспособительные реакции организма
- г. обменные процессы

**26. В основе неравномерности и гетерохронности развития физических способностей лежат ...**

- а. биологические ритмы
- б. сенситивные периоды
- в. этапы онтогенетического развития
- г. период полового созревания

**27. Наибольшую тенденцию к регрессу, обратимости, возвращению к исходному уровню в результате детренированности, имеют следующие физические способности: ...**

- а. выносливость
- б. координационные
- в. силовые
- г. скоростные

**28. Направленное развитие одной физической способности, повлекшее за собой позитивные изменения другой, называется .**

- а. переносом физических качеств
- б. отрицательным переносом
- в. положительным переносом
- г. кумулятивным эффектом

**29. Явление, когда развитие одного физического качества тормозит развитие другого, называется переносом ...**

- а. отрицательным
- б. опосредованным
- в. разнородным
- г. односторонним

**30. Перечислите основные принципы развития физических способностей в адаптивной физической культуре: ...**

а. сопряженного развития координационных и кондиционных способностей; адекватности, оптимальности, вариативности воздействий; диагностики

б. доступности, наглядности, адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий, научности

в. сознательности и активности, систематичности, постепенности, учета возрастных особенностей и физической подготовленности

г. прочности, дифференциации и индивидуализации, доступности, прочности, систематичности

**31. Упражнения, направленные на развитие силы, делятся на три группы: ...**

а. упражнения основной гимнастики, корригирующие силовые упражнения, прыжки и прыжковые упражнения

б. упражнения с преодолением массы собственного тела, с внешним сопротивлением, упражнения в изометрическом режиме

в. фантомно-импульсивная гимнастика, пауэрлифтинг, армрестлинг

г. упражнения с самосопротивлением, с сопротивлением в виде эспандеров, резиновых колец, амортизаторов, упражнения на тренажерах

**32. Методика развития мышечной силы у лиц с ограниченными возможностями реализуется в следующих направлениях: ...**

а. достаточно полное развитие всех мышечных групп

б. формирование компенсаторных механизмов, применительно к деятельности

в. нормализация веса и коррекция телосложения

г. общая и специальная силовая подготовка

**33. Быстрота двигательной реакции теснейшим образом связана с**

а. силовыми способностями

б. выносливостью

в. координационными способностями

г. подвижностью в суставах

**34. Для комплексного развития скоростных способностей в АФК используются следующие методы: ...**

а. метание набивных мячей на дальность, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине

б. плавание только руками, только ногами, с гидротормозом

в. соревнования и спарринги, повторное выполнение части соревновательного упражнения с максимальной скоростью, то же в усложненных условиях

г. поднятие предельного веса, прыжки и спрыгивания с высоты

**35. Способностью выполнять работу заданной интенсивности и преодолевать утомление в конкретном виде деятельности, характеризуется выносливость ...**

а. специальная

б. общая

в. скоростная

г. силовая

**36. Для развития общей выносливости в АФК чаще всего используется метод ...**

а. равномерный

б. повторный

в. переменный

г. интервальный

**37. При выполнении нагрузок, рекомендуемых лицам с ограниченными возможностями для развития общей выносливости, не должны превышать значения ЧСС в ...**

а. 170-180 уд./мин.

б. 150-160 уд./мин.

в. 100-110 уд./мин.

г. 200-220 уд./мин.

**38. Какой вид выносливости проявляется в случае функционирования в работе более 2/3 всех мышц?**

а. Локальная

б. Региональная

в. Тотальная

г. Общая

**39. Практически в каждом виде адаптивного спорта реализуется выносливость ...**

а. скоростно-силовая

б. силовая

в. скоростная

г. координационная

**40. Назовите основные методы развития скоростно-силовой выносливости: ...**

а. «Фляшинг», «крампинг», «читтинг»

б. равномерный и переменный

в. интервальный и игровой

г. метод повторных и метод динамических усилий

**41. Способность достигать максимальной амплитуды движений за счет действия посторонних сил, называется гибкостью ...**

а. пассивной

б. активной

в. общей

г. специальной

**42. Специальная гибкость при работе с лицами, имеющими отклонения в развитии, реализуется в ...**

а. адаптивной двигательной рекреации и адаптивном физическом воспитании

б. адаптивном спорте и ЛФК

в. экстремальных видах двигательной активности и физической реабилитации

г. креативных видах телесно-ориентированных практик и ЛФК

**43. В развитии гибкости у инвалидов с нарушениями функций спинного мозга В.Г. Григоренко и Б.В. Сермеев выделяют этапы: ...**

а. суставной гимнастики, специального развития подвижности в суставах, поддержания подвижности в суставах

б. повышения общего уровня развития активной и пассивной подвижности в суставах и укрепления самих суставов

в. развития максимальной амплитуды в тех движениях, которые способствуют быстрому и качественному овладению базовыми двигательными действиями

г. функциональной подготовки мышечно-связочного аппарата с целью улучшения эластичных свойств и создания прочности мышц и связок

**44. В работе с инвалидами, имеющими нарушения функции спинного мозга, используются два основных метода развития гибкости:**

а. тотальный и региональный

- б. повторный и равномерный
- в. локальный и интегральный
- г. переменный и интервальный

**45. Как базис, формирующий фонд новых двигательных умений и навыков, как предпосылка и основа успешного развития других физических способностей, в программах физического воспитания специальных (коррекционных) школ рассматриваются ...**

- а. скоростно-силовые способности
- б. координационные способности
- в. выносливость
- г. гибкость

**46. Способность воспроизводить тонкие движения кистями, пальцами рук в соответствии с поставленной задачей, принято называть**

- а. ритмичностью движений
- б. координацией движений
- в. точностью мелкой моторики
- г. ориентировкой в пространстве

**47. Способность отвечать движением на различные внешние сигналы, перестраивать движение в изменяющихся условиях, характеризует ...**

- а. дифференцирование усилий
- б. ориентировку в пространстве
- в. ритмичность движений
- г. быстроту реагирования

**48. Какая составляющая координационных способностей является комплексной характеристикой, отражающей точность оценивания, отмеривания и воспроизведения заданных параметров движения?**

- а. Дифференцирование усилий, времени, пространства и ритма
- б. Точность мелкой моторики

в. Координация движений

г. Равновесие

**49. Способность к произвольному и рациональному снижению напряжения мышц называется ...**

а. расслаблением

б. ритмичностью движений

в. дифференцированием усилий

г. равновесием

**50. Назовите один из основных методических подходов коррекции тяжелых речевых нарушений: ...**

а. общее физическое развитие

б. развитие мелкой моторики

в. развитие способности к расслаблению мышц

г. развитие способности к усвоению ритма

**51. В соответствии с существующей Программой комплексного тестирования, у школьников с нарушениями речи, слуха и интеллекта контролируется способность ...**

а. к воспроизведению пространственных параметров движений и способность к воспроизведению временных параметров

б. усвоения ритма движений и способность к быстрому реагированию

в. реагирующая и кинестетическая, способность к сохранению равновесия и ориентации в пространстве

г. к оцениванию ритмических параметров движения и способность к статическому и динамическому равновесию

**52. Большинство сенситивных периодов развития базовых координационных**

**способностей у школьников с нарушениями речи, слуха и интеллекта приходятся на ...**

а. 13-15 лет

б. 7-9 лет

в. 14-17 лет

г. 9-12 лет

**53. Целенаправленной педагогической коррекции и совершенствованию у школьников с нарушениями речи, слуха и интеллекта наиболее подвержены способность к ...**

а. усвоению ритмичности движений

б. расслаблению мышц, статическая и кинестетическая способность

в. быстрому реагированию и развитие мелкой моторики

г. сохранению равновесия, ориентировочная и дифференцировочная способность

**54. При оценивании способности к ориентации в пространстве используются следующие тесты: ...**

а. «слаломный бег», «попадание в цель», «набивание мяча», теппинг-тест

б. «ловля линейки», «фламинго», «челночный бег», прыжок в длину с места

в. бег на 30 метров, эстафеты, удары мяча об пол, в стену, ловля

г. «проба Ромберга», «аист», «пяточно-носочная» поза, ходьба по скамейке

**55. Назовите три основные группы факторов, определяющих стратегию обучения: ...**

а. потребностно-мотивационные особенности; свойства, особенности самих двигательных действий; особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья

б. приоритет целей; подбор средств и методов; структура процесса обучения

в. особенности занимающихся (основной дефект); сопутствующие заболевания; вторичные отклонения

г. основные характеристики действия (временные, силовые, пространственные); производные характеристики (скорость, ритм, темп);



точность воспроизведения

56. Ученик знакомится с ситуацией, осознает задачу, уясняет логическую структуру действия и возможности его осуществления на этапе ..

- а. формирования действия в материальной форме
- б. формирования схемы ориентировочной основы действия
- в. усвоения действия в форме внутренней речи
- г. усвоения действия в форме внешней (громкой) речи

57. При формировании двигательного действия, завершающим является этап ...

- а. усвоения действия в форме внутренней речи
- б. формирования схемы ориентировочной основы действия
- в. формирования действия в материальной форме
- г. усвоения действия в форме внешней речи про себя (беззвучно)

58. Готовность педагога осуществить самые разнообразные приемы физической помощи для обеспечения безопасности в процессе выполнения занимающимся двигательного действия, называется .

- а. проводкой
- б. поддержкой
- в. страховкой
- г. фиксацией

59. В развитии физических способностей можно условно выделить следующие этапы: ...

а. возбуждение соответствующих афферентных и моторных центров; мобилизация скелетных мышц, кровообращения и дыхания

б. подкрепление и тренировка; многократно повторяющиеся воздействия; повышение утилизации кислорода и оптимизация процессов восстановления

в. повышенного уровня развития; достижения максимальных показателей; снижения уровня их развития

г. формирование эффективной структуры движений; повышение

скорости произвольного расслабления мышц; ускорение процессов вработывания

**60. Перечислите основные принципы развития физических способностей: ...**

**а.** оптимальное сочетание координационных упражнений с направленным развитием физических качеств и способностей

**б.** ориентация не на усредненные, а на индивидуальные показатели, позволяющие определить зоны ближайшего развития для каждого ребенка

**в.** сопряженное развитие координационных и кондиционных способностей; возрастная адекватность, оптимальность, вариативность воздействий; диагностика

**г.** оптимальная мера воздействия физической нагрузки на организм, стимуляция адаптационных и компенсаторных процессов

#### **Критерии оценки:**

Оцениваемый показатель	Кол-во баллов, обеспечивающих получение:		
	Оценки		
	Удовлетворительно	хорошо	отлично
Процент набранных баллов из 100% возможных	От 61 % до 75 %	От 76 % до 85 %	От 86 % до 100 %
Количество тестовых заданий:			
25	От 12 до 15	От 16 до 17	От 18 до 25

#### **Критерии оценивания тестов:**

1. Общая сумма баллов, которая может быть получена за аттестационный тест соответствует количеству тестовых заданий.

2. За каждое правильно решенное тестовое задание присваивается по 1 баллу.

3. Если правильных ответов в тестовом задании более одного, то количество баллов, получаемых студентом за не полностью решенный тест рассчитывается по формуле:

$$\text{Балл за тестовое задание} = (П/(Н+ОП)),$$

где П – количество правильных вариантов, отмеченных студентом, Н – количество неверно отмеченных вариантов, ОП – общее количество правильных вариантов ответа в тесте.

4. Если в тестовом задании нужно закончить фразу, то такое задание оценивается только при полностью правильном их решении, в противном случае баллы за них не начисляются.

5. Время, отводимое на написание теста, составляет 30 минут.

6. В ситуации, когда студент забыл написать в листе ответов свою фамилию, имя, отчество, номер группы, номер варианта теста, дисциплину или дату – тест считается невыполненным.

7. Отметки о правильных вариантах ответов в тестовых заданиях делаются студентом разборчиво. Неразборчивые ответы не оцениваются, тестовое задание считается невыполненным.

**Промежуточная аттестация студентов.** Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

По вышеуказанной дисциплине предусмотрена промежуточная аттестация в виде зачета в 1 семестре.

Экзамен предусмотрен по дисциплине во 2 семестре, с использованием устного опроса в форме ответов на вопросы экзаменационных билетов.

### **Характеристика зачета**

Зачет - средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.

Перечень примерных вопросов к зачету (1 семестр)

1. Адаптивная физическая культура в системе высшего среднего профессионального образования.

2. Возможности интеграции основной образовательной программы по адаптивной физической культуре с программами по другим направлениям и специальностям высшей и средней школы.

3. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, валеологии, профилактической медицины и других отраслей знания и практической деятельности человека.

4. Проиллюстрируйте пространство проблем адаптивной физической культуры с помощью декартовой системы координат.

5. Охарактеризуйте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».

6. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья - «инвалидизма», «социальной полезности инвалидов», «личностно-ориентированная».

7. Раскройте концепцию журнала «Адаптивная физическая культура».

8. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.

9. Коррекционные задачи - основные задачи адаптивной физической культуры. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, 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. Дайте краткую характеристику основным видам адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация).

14. Отличительные особенности креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.

15. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Потребности человека, которые они удовлетворяют,

16. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.

17. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

18. Индивидуальная образовательная «траектория» студента факультета адаптивной физической культуры.

19. Требования к личностным качествам и к квалификации педагога-специалиста по адаптивной физической культуре.

20. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом. Основные этапы.

21. Становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране. Основные этапы.

22. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.

23. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России.

24. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры за рубежом.

25. Государственные и общественные организации адаптивной физической культуры.

26. Организация адаптивного физического воспитания в России.

27. Организация адаптивного спорта в России.

28. Организация адаптивной двигательной рекреации в России.

29. Международный опыт в организации адаптивной двигательной рекреации.

30. Организация физической реабилитации в России.

31. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

32. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.

33. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.

34. Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения.

35. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом.

36. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.

37. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения у инвалидов различных нозологических групп.

38. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.

### **Характеристика экзамена**

**Экзамен** - средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.

#### **Перечень примерных вопросов к экзамену (2 семестр)**

1. Адаптивная физическая культура в системе высшего образования.

2. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, валеологии, профилактической медицины и других отраслей знания и практической деятельности человека.

3. Проиллюстрируйте пространство проблем адаптивной физической культуры с помощью декартовой системы координат.

4. Охарактеризуйте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».

5. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья - «инвалидизма», «социальной полезности инвалидов», «личностно-ориентированная».

6. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.

7. Коррекционные задачи - основные задачи адаптивной физической культуры. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.

8. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в адаптивной физической культуре.

9. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры.

10. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.

11. Дайте краткую характеристику основным видам адаптивной физической культуры.

12. Отличительные особенности креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.

13. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Потребности человека, которые они удовлетворяют,

14. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.
15. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
16. Требования к личностным качествам и к квалификации педагога-специалиста по адаптивной физической культуре.
17. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом. Основные этапы.
18. Становление и развитие адаптивной физической культуры в России. Основные этапы.
19. Государственные и общественные организации адаптивной физической культуры.
20. Адаптивная физическая культура — составная часть комплексной реабилитации.
21. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции.
22. Всестороннее воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
23. Умственное (интеллектуальное) воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
24. Нравственное воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
25. Эстетическое воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
26. Экологическое воспитание и адаптивная физическая культура.
27. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека — как методологический фундамент адаптивной физической культуры.
28. Гуманистическая психология и социально-психологические закономерности жизнедеятельности человека как методологическая основа адаптивной физической культуры.



29. Содержание важнейших педагогических функций адаптивной физической культуры.

30. Социальные функции адаптивной физической культуры. Характеристика.

31. Социальные принципы адаптивной физической культуры. Приведите примеры их реализации.

32. Особенности применения обще-методических принципов в адаптивной физической культуре.

33. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры.

34. Средства адаптивной физической культуры. Характеристика основных групп.

35. Методы, адаптивной физической культуры, используемые в комплексной реабилитации.

36. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.

37. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

38. Методы развития физических качеств и способностей. Особенности применения в адаптивной физической культуре.

39. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.

40. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.

41. Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения.

42. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом.

43. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.

44. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения у инвалидов различных нозологических групп.

45. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.

46. Основные закономерности развития физических качеств и способностей.

47. Педагогические принципы развития физических способностей.

48. Две стратегических линии развития физических способностей - «укрепление слабого звена» и «навстречу природе». Их использование в различных видах адаптивной физической культуры.

49. Физическая нагрузка и отдых — структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида.

50. Развитие силовых способностей у инвалидов различных нозологических групп.

51. Развитие скоростных способностей у инвалидов различных нозологических групп.

52. Развитие координационных способностей у инвалидов различных нозологических групп.

53. Развитие выносливости у инвалидов различных нозологических групп.

54. Развитие гибкости у инвалидов различных нозологических групп.

55. Виды планирования в адаптивной физической культуре.

56. Особенности контроля в адаптивной физической культуре.

57. Жизненно и профессионально важные умения и навыки - основные целевые объекты моторного обучения и средства адаптивного физического воспитания.

58. Тандотерапия как средство и метод адаптивного физического воспитания.

59. Формирование и развитие мелкой моторики - важный компонент содержания адаптивного физического воспитания.

60. Ведущие функции и принципы адаптивного физического воспитания.

61. Главная цель, основные задачи адаптивной двигательной рекреации, ее ведущие функции и принципы.

62. Средства адаптивной двигательной рекреации.

63. Организованные и самостоятельные формы проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации.

64. Особенности методики адаптивной двигательной рекреации различных социально-демографических групп населения.

65. Главная цель, основные задачи адаптивного спорта.

66. Ведущие функции и принципы адаптивного спорта.

67. Параолимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов.

68. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-параолимпийцев.

69. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Параолимпийских игр.

70. Цель, принципы, основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады.

71. Виды адаптивного спорта, применяемые в Специальных Олимпиадах.

72. Правило формирования «дивизионов» - важнейшее условие реализации философии Специального Олимпийского движения.

73. Процедура награждения участвующих в соревнованиях игр Специальной Олимпиады.

74. Основные программы Специального Олимпийского движения: «Специальная Олимпиада», «Объединенный спорт», «Тренировка двигательной активности». Их характеристика.

75. Программа Специального Олимпийского комитета Санкт-Петербурга.

76. Интеграция адаптивного спорта и специального искусства.

77. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих.

78. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте.

79. Гуманистически ориентированные модели адаптивного спорта.

Программа Спартианских игр.

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

81. Главная цель и основные задачи креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры, их ведущие функции и принципы.

82. Главная цель и основные задачи экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущие функции и принципы.

83. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практик.

84. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.

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

**Критерии выставления оценки студенту на зачете / экзамене по дисциплине «Теория и методика адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»**

Баллы	Оценка зачета/ экзамена	Требования к сформированным компетенциям
-------	-------------------------	--

100-86	<i>«зачтено»/ «отлично»</i>	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, относительно этапов формирования компетенций исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
85-56	<i>«зачтено»/ «хорошо»</i>	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
55 ...	<i>«зачтено»/ «удовлетворительно»</i>	Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.
	<i>«не зачтено»/ «неудовлетворительно»</i>	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.