

## **ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02  
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»  
(1 курс дфпо / 1 курса зфпо, 1/2 семестр)  
к зачету**

1. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.
2. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
3. Содержание образовательных задач адаптивной физической культуры.
4. Содержание воспитательных задач адаптивной физической культуры.
5. Содержание оздоровительных задач адаптивной физической культуры.
6. Характеристика основных видов адаптивной физической культуры.
7. Содержание адаптивного физического воспитания.
8. Содержание адаптивного спорта.
9. Содержание адаптивной двигательной рекреации.
10. Содержание адаптивной физической реабилитации.
11. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры.
12. Классификация функций адаптивной физической культуры: педагогические и социальные.
13. Характеристика гуманистической функции адаптивной физической культуры.
14. Характеристика социализирующей функции адаптивной физической культуры.
15. Характеристика интегративной и коммуникативной функции адаптивной физической культуры.
16. Характеристика зрелищной и эстетической функции адаптивной физической культуры.
17. Характеристика редуционно-компенсаторной функции адаптивной физической культуры.
18. Характеристика развивающей функции адаптивной физической культуры.
19. Характеристика профилактической функции адаптивной физической культуры.
20. Характеристика образовательной функции адаптивной физической культуры.
21. Характеристика воспитательной функции адаптивной физической культуры.
22. Характеристика лечебно-восстановительной функции адаптивной физической культуры.
23. Характеристика профессионально-подготовительной функции адаптивной физической культуры.
24. Характеристика ценностно-ориентационной функции адаптивной физической культуры.

25. Характеристика творческой функции адаптивной физической культуры.
26. Характеристика рекреативно-оздоровительной функции адаптивной физической культуры.
27. Характеристика спортивно-соревновательной функции адаптивной физической культуры.
28. Характеристика гедонистической функции адаптивной физической культуры.
29. Принципы адаптивной физической культуры, их классификация.
30. Особенности социальных принципов АФК (гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума).
31. Особенности общеметодических принципов АФК (научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, прочности).
32. Особенности специально-методических принципов АФК (диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учёта возрастных особенностей, профилактической направленности, адекватности, оптимальности и вариативности).
33. Определение понятия «инвалидность».
34. Организация международной системы реабилитации.
35. Основные разделы медицинской реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
36. Физическая реабилитация в системе медицинской реабилитации.
37. Психологическая реабилитация как составной элемент реабилитационного процесса.
38. Основы медицинской, профессиональной и социальной реабилитации.
39. Содержание социальной реабилитации.
40. Содержание профессиональной реабилитации.
41. Классификация и характеристика средств адаптивной физической культуры.
42. Характеристика гимнастических упражнений.
43. Характеристика спортивно-прикладных упражнений.
44. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
45. Методы физического воспитания в адаптивной физической культуре.
46. Методы формирования знаний в адаптивной физической культуре.
47. Методы направленного развития двигательных способностей в адаптивной физической культуре.
48. Методы организации занимающихся в адаптивной физической культуре.
49. Формы организации занятий адаптивной физической культурой.
50. Дозированная ходьба и дозированное восхождение (терренкур) в

адаптивной физической культуре.

51. Близкий туризм для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

52. Оздоровительная аэробика для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

53. Плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## **ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»  
(1 курс дфпо / 2 курса зфпо, 2/4 семестр)  
к экзамену**

1. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц
2. Анатомо-функциональная характеристика работы дыхательных мышц.
3. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба.
4. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях верхних конечностей.
5. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении нижних конечностей.
6. Влияние двигательной активности на строение и рост длинных трубчатых костей.
7. Формы организации адаптивной физической культуры.
8. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
9. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий в адаптивной физической культуре.
10. Применение тренажеров в адаптивной физической культуре.
11. Обучение и совершенствование двигательных действий с помощью тренажеров.
12. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям.
13. Направленное развитие двигательных способностей у лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности.
14. Основные закономерности развития двигательных способностей.
15. Физическая нагрузка как структурная основа развития и совершенствования физических способностей.
16. Направленное развитие гибкости в адаптивной физической культуре.
17. Направленное развитие силы в адаптивной физической культуре.
18. Направленное развитие выносливости в адаптивной физической культуре.
19. Развитие физических качеств и координации в адаптивной физической культуре.
20. Общая и специальная тренировка в адаптивной физической культуре.
21. Формирование умений и навыков при проведении комплексов физических упражнений на занятиях АФК.
22. Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов

23. Составление и проведение комплексов упражнений на расслабление и на растягивание.

24. Составление и проведение комплексов идеосенсорных и идеомоторных упражнений

25. Составление и проведение комплексов рефлекторных и пассивных упражнений

26. Составление и проведение комплексов корригирующих упражнений.

27. Составление и проведение комплексов упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и на координацию движений.

28. Составление и проведение комплексов статических упражнений.

29. Составление и проведение комплексов упражнений с сопротивлением.

30. Составление и проведение комплексов статических и динамических дыхательных упражнений.

## **ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02  
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»  
(2 курс дфпо 4 семестр)  
к зачету**

1. Понятие «врачебный контроль». Цель, задачи.
2. Значение медицинского обеспечения тренировочного процесса инвалидов, занимающихся адаптивной физической культурой.
3. Виды врачебно-педагогического контроля.
4. Методы врачебно-педагогического наблюдения, особенности их применения в АФК .
5. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам в АФК.
6. Понятие «физическое развитие». Значение многократных исследований физического развития в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом.
7. Соматоскопия как метод изучения физического развития инвалидов. Его значение для проведения врачебного контроля в АФК.
8. Соматометрия как метод изучения физического развития инвалидов. Его значение для проведения врачебного контроля в АФК.
9. Особенности измерения длины и окружности конечностей инвалидов различных категорий при врачебном контроле в адаптивной физической культуре.
10. Топография точек при измерении длины конечности и ее сегментов у инвалидов различных категорий.
11. Определение степени жировых отложений у инвалидов . Значение состояния подкожно-жирового слоя для оценки физического развития инвалидов.
12. Топография жировых складок. Особенности измерения жировых отложений у инвалидов .
13. Характеристика физиологической подвижности в суставах верхних и нижних конечностей.
14. Характеристика физиологической подвижности в суставах различных отделов позвоночника.
15. Виды нарушений подвижности в суставах.
16. Особенности измерения подвижности в суставах инвалидов при проведении врачебного контроля в адаптивной физической культуре.
17. Методы исследования мышечной силы у инвалидов, занимающихся адаптивной физической культурой.

18. Правила применения ручных и станových динамометров. Оценка полученных данных.

19. Методы оценки физического развития инвалидов (метод стандартов, метод индексов, метод корреляции), их значение для проведения врачебного контроля в АФК.

20. Метод прогнозирования физической работоспособности по двигательным тестам, его значение для проведения врачебного контроля в АФК.

21. Нагрузочные тесты, используемые для оценки состояния функциональных систем организма. Правила их проведения.

22. Двигательные режимы, применяемые при проведении реабилитационных мероприятий у лиц, занимающихся адаптивной физической культурой.

23. Характеристика методов исследования сердечно-сосудистой системы. Факторы определяющие выбор метода исследования.

24. Показания к применению проб для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы.

25. Основные показатели деятельности сердечно-сосудистой системы, их значение при проведении врачебного контроля в АФК.

26. Адаптационный потенциал системы кровообращения инвалидов различных категорий, его оценка.

27. Оценка вегетативной регуляции деятельности сердечно-сосудистой системы инвалидов различных категорий.

28. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку, их значение при определении нагрузки на занятиях адаптивной физической культурой.

29. Характеристика особенностей гемодинамики, обмена веществ и реологических свойств крови у лиц с ампутацией конечностей.

30. Противопоказания для проведения функциональных проб при исследовании сердечно-сосудистой системы.

31. Показания для прекращения проведения функциональных проб при исследовании сердечно-сосудистой системы.

32. Характеристика методов исследования дыхательной системы (спирография, пневмотахометрия, пикфлоуметрия и др.). Факторы определяющие выбор метода исследования.

33. Показания к применению проб для оценки функционального состояния дыхательной системы.

34. Основные показатели деятельности системы внешнего дыхания, их значение при определении нагрузки на занятиях адаптивной физической культурой.

35. Пробы, применяемые для оценки устойчивости к гипоксии, их значение для проведения врачебного контроля в АФК.

36. Противопоказания для проведения функциональных проб при исследовании дыхательной системы инвалидов различных категорий.

37. Характеристика особенностей внешнего дыхания у инвалидов различных категорий.

38. Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при патологии нервной системы.

39. Характеристика имеющихся нарушений у лиц с патологией нервной системы (детский церебральный паралич, травматическая болезнь спинного мозга, последствия инсультов мозга и травм нервных стволов).

40. Характеристика методов исследования функционального состояния нервной системы. Факторы определяющие выбор метода исследования.

41. Показания к применению проб для оценки функционального состояния нервной системы.

42. Основные показатели деятельности нервной системы и сенсорных анализаторов, их значение при выборе методики проведения занятий по адаптивной физической культуре.

43. Методы исследования состояния вестибулярного анализатора, их значение для проведения врачебного контроля в АФК.

44. Критерии оценки и количественные характеристики степени выраженности парезов верхних и нижних конечностей.

45. Методы исследования статической и динамической координации, их значение для проведения врачебного контроля в АФК.

46. Характеристика устойчивости вертикальной позы инвалидов с поражением центральной и периферической нервной системы.

47. Оценка локомоторной функции у лиц с патологией опорно-двигательного аппарата, его значение для проведения врачебного контроля в АФК.

48. Критерии функциональной независимости пациента, их значение для проведения врачебного контроля в АФК.

49. Противопоказания для проведения функциональных проб при исследовании нервной системы инвалидов различных категорий.

50. Переутомление: этиология, симптомы. Значение профилактики переутомления в системе врачебно-педагогического контроля.

51. Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при ампутациях конечностей.

52. Характеристика двигательных нарушений у лиц, перенесших ампутацию конечностей.

53. Методы врачебного контроля для определения дозирования нагрузки у лиц, перенесших ампутацию конечностей при занятиях АФК.



54. Влияние физических упражнений на функциональное состояние организма при ампутации конечностей.

55. Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при патологии зрения и слуха.

56. Характеристика двигательных нарушений у лиц с поражением органов зрения и слуха.

57. Влияние физических упражнений на функциональное состояние организма при патологии сенсорных анализаторов.

58. Методы врачебного контроля для определения двигательных режимов и оценки эффективности адаптивной физической культуры инвалидов по слуху и зрению.

59. Особенности врачебного контроля у инвалидов пожилого возраста, занимающихся адаптивной физической культурой.

60. Врачебный контроль за женщинами, занимающимися адаптивной физической культурой.

## **ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02  
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»  
(3 курс дфпо / 3 курса зфпо, 6/5 семестр)  
к экзамену**

1. Виды научных работ. Форма их представления.
2. Представление материалов научной работы в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде.
3. Внедрение результатов научной работы в практику.
4. Актуальность, научная новизна, практическая значимость исследования – как составляющая характеристики исследования.
5. Постановка цели и задач исследования.
6. Основные методы исследования в области физического воспитания.
7. Значение анализа научно-методической литературы при подготовке научной работы.
8. Виды педагогических наблюдений, организация наблюдений.
9. Правила оформления актов внедрения по результатам проведения научного исследования.
10. Основные требования, предъявляемые к оформлению дипломных работ.
11. Основные требования, предъявляемые к проведению экспериментальной части дипломных работ.
12. Структура дипломной работы. Содержание составляющих частей и разделов дипломной работы.
13. Понятие «адаптивная двигательная рекреация». Виды и функции физической рекреации.
14. Понятие «ландшафт». Его характеристика.
15. Понятие «рельеф местности». Особенности его оценки.
16. Оценка рельефа местности для рекреационной деятельности лечебной и оздоровительной направленности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.
17. Оценка рельефа местности для рекреационной деятельности спортивной направленности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.
18. Особенности рельефа местности Республики Беларусь и возможности его использования в рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.
19. Понятие «водные объекты». Особенности их оценки.
20. Оценка водных объектов для рекреационной деятельности лечебной и оздоровительной направленности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.
21. Оценка водных объектов для рекреационной деятельности спортивной направленности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.

22. Основные водные объекты Республики Беларусь и возможности их использования в рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.

23. Понятие «почвенно-растительный покров» и его разновидности.

24. Оценка почвенно-растительного покрова для рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.

25. Виды почвенно-растительного покрова Республики Беларусь и возможности его использования в рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.

26. Ландшафты Республики Беларусь и возможности их использования в рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья.

27. Особо охраняемые природные территории (ООПТ). Виды ООПТ и разрешенная в них рекреационная деятельность.

28. Заповедники, национальные парки и другие ООПТ Республики Беларусь. Возможности организации рекреационной деятельности у лиц с ограничениями в состоянии здоровья в ООПТ Республики Беларусь.

29. Понятие «биоклимат». Его основные климатообразующие факторы. Оценка параметров биоклимата.

30. Влияние климатических факторов на здоровье человека с ограничениями в состоянии здоровья. Понятие о климатолечении и климатопрофилактике.

31. Понятие «природные лечебные ресурсы» и их разновидности.

32. Минеральные воды. Основные показатели, назначение и использование минеральных вод в санаторно-курортной и внекурортной практике.

33. Лечебные грязи. Типы и свойства лечебных грязей. Применение в санаторно-курортной практике.

34. Уникальные природные лечебные ресурсы и их использование в санаторно-курортной практике.

35. Природные лечебные ресурсы Беларуси и их применение в санаторно-курортной практике.

36. Понятие «курорт». Типы лечебно-профилактических учреждений на курорте.

37. Классификация физкультурно-оздоровительных сооружений, используемых инвалидами, их функциональные особенности.

38. Требования, предъявляемые к техническим средствам для занятий АФК.

39. Классификация средств, используемых для оснащения сооружений спортивно-оздоровительного назначения, используемых инвалидами.

40. Краткая характеристика групп и подгрупп средств, используемых для оснащения сооружений спортивно-оздоровительного назначения, используемых инвалидами.

41. Нормативные документы по типовому материально-техническому обеспечению в АФК.

42. Тренажёры, определение, классификация.

43. Способы, обеспечивающие энергосиловые взаимодействия технических устройств со спортсменом-инвалидом.

44. Виды прикроватных тренажеров, используемых инвалидами, находящимися на постельном режиме.

45. Задачи, решаемые при помощи протезно-ортопедической техники при занятиях АФК инвалидов с дефектами верхних конечностей.

46. Задачи, решаемые при применении специальных технических средств и протезно-ортопедической техники при занятиях АФК инвалидов с дефектами нижних конечностей.

47. Средства МТО, используемые при проведении гидрокинезотерапии и обучении плаванию инвалидов с дефектами нижних конечностей различного генеза.

48. Средства МТО, используемые при проведении коррекционно-развивающих игр с инвалидами, имеющими дефекты нижних конечностей различного генеза.

49. Средства МТО, используемые при обучении пользованию искусственной конечностью.

50. Задачи, решаемые с помощью МТО при занятиях АФК инвалидов с нарушениями слуха и зрения.

51. Особенности МТО для занятий адаптивной физической культурой инвалидов с нарушениями слуха и зрения.

52. Средства МТО, используемые при проведении гидрокинезотерапии и обучении плаванию различных нозологических групп.

53. Средства МТО, используемые при коррекции осанки и плоскостопия у инвалидов различных нозологических групп.

54. Средства МТО, используемые при проведении коррекционно-развивающих игр с инвалидами, имеющими нарушения зрения и слуха.

55. Задачи, решаемые с помощью МТО при занятиях АФК инвалидов с нарушениями интеллекта.

56. Особенности МТО для занятий адаптивной физической культурой инвалидов с нарушениями интеллекта.

57. Средства МТО, используемые при коррекции бега, ходьбы, прыжков, лазанья, метания инвалидами с нарушениями интеллекта.

58. Средства МТО, используемые при проведении коррекционно-развивающих игр с инвалидами, имеющими нарушения интеллекта.

59. Кресла-коляски, задачи, решаемые при их применении.

60. Применение программно-аппаратных комплексов «Видимая речь», «Специальные образовательные средства-2.0» и др. в коррекционно-развивающей работе с инвалидами, их значение

61. Средства МТО, применяемые в АФК для сенсорной стимуляции.

62. Средства МТО, применяемые в АФК для двигательной стимуляции.

63. Особенности образа жизни людей с ограниченными возможностями здоровья.

64. Режим жизни инвалидов различных категорий.

65. Основные принципы оздоровительного воздействия физических нагрузок на организм инвалида.

66. Влияние адаптивной физической культуры на обретение социальной, бытовой и психологической независимости инвалидов.

67. Аспекты физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с контингентом инвалидов и лиц, нуждающихся в физической реабилитации.

68. Биологическая сущность закономерностей адаптационных и компенсаторных процессов организма у лиц, занимающихся АФК.

69. Формирование срочных и долговременных морфо-функциональных компенсаторных приспособлений у инвалидов при занятиях АФК.

70. Понятие ограничительного режима у людей с ограниченными возможностями здоровья.

71. Профилактика и коррекция стрессовых воздействий у людей с ограниченными возможностями здоровья.

72. Условия, обеспечивающие эффективность профилактических мероприятий у инвалидов.

73. Основные положения теории рационального сбалансированного питания лиц с ограниченными возможностями здоровья.

74. Особенности питания лиц, занимающихся АФК.

75. Гигиенические требования к качественному составу продуктов питания.

76. Диетотерапия и витаминная обеспеченность организма инвалидов, «модные» диеты.

77. Использование продуктов повышенной биологической ценности в спортивной практике людей с ограниченными возможностями здоровья.

78. Физиологический механизм, основные принципы, формы, средства и методы закаливания при занятиях адаптивной физической культурой.

79. Использование положительного влияния почвы, воздушной и водной среды в физкультурно-оздоровительной работе с инвалидами.

80. Гигиенические основы закаливания организма лиц с ограниченными возможностями здоровья.

81. Влияние атмосферного давления, влажности, скорости движения и температуры воздуха на состояние организма инвалидов.

82. Гигиенические требования к строительству и эксплуатации спортивных сооружений для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

83. Классификация спортивных сооружений.

84. Санитарно-гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям (спортзалы, катки, бассейны, лыжные и гребные базы, тир).)

85. Нормативы гигиенических требований к показателям микроклимата, освещенности и воздухообмена крытых спортивных сооружений для инвалидов при занятиях АФК.

## **ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)» (4 курс дфпо / 4 курса зфпо, 7/7 семестр) к экзамену**

1. Цель и задачи креативных телесно-ориентированных практик.
2. Функции креативных телесно-ориентированных практик у различных категорий инвалидов.
3. Принципы креативных телесно-ориентированных практик у различных категорий инвалидов.
4. Средства и методики креативных телесно-ориентированных практик.
5. Цель и задачи экстремальных видов двигательной активности.
6. Принципы экстремальных видов двигательной активности.
7. Особенности применения средств и методик экстремальных видов двигательной активности у различных категорий инвалидов.
8. Адаптивный спорт – как компонент адаптивной физической культуры. Цель и задачи адаптивного спорта.
9. Функции адаптивного спорта – педагогические и социальные. Связь адаптивного спорта с другими дисциплинами.
10. Проблемы адаптивного спорта в современном обществе и пути их решения.
11. Принципы адаптивного спорта: социальные, общеметодические, специально-методические. Связь принципов адаптивного спорта с принципами специальной педагогики, методики и теории спорта.
12. Этапы развития адаптивного спорта в Республики Беларусь и за рубежом. Историческая обусловленность современного состояния и проблем в адаптивном спорте в Республике Беларусь.
13. Паралимпийское движение в мировой практике. Выдающиеся спортсмены-паралимпийцы Беларуси.
14. История развития «Special Olympic International».
15. Становление адаптивного спорта глухих. Виды спорта. Выдающиеся спортсмены среди глухих.
16. Нормативно-правовая база адаптивного спорта.
17. Спортивные общественные движения и объединения инвалидов.
18. Функциональная спортивно-медицинская классификация и ее роль в развитии адаптивного спорта.
19. Особенности педагогического тестирования у лиц с различными нарушениями.
20. Методика проведения мануально-мышечного тестирования у инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
21. Методика оценки амплитуды движений у инвалидов, занимающихся адаптивным спортом.

22. Специальные требования, предъявляемые к местам проведения спортивно-массовых мероприятий среди инвалидов с различными нарушениями. Обеспечение безопасности на соревнованиях.

23. Общие и специфические задачи адаптивно-спортивной тренировки.

24. Классификация средств, применяемых в адаптивном спорте и их направленность.

25. Классификация методов, применяемых в адаптивном спорте. Особенности применения методов наглядности и речевого воздействия у лиц с нарушениями сенсорных систем.

26. Общие закономерности спортивной тренировки, отличительные особенности адаптивно-спортивной тренировки.

27. Общедидактические и специфические принципы тренировки в адаптивном спорте.

28. Нагрузка в адаптивно-спортивной тренировке, её оценка.

29. Основные виды адаптивно-спортивной тренировки.

30. Общие линии воспитания и их реализация в процессе занятий АС.

31. Самовоспитание – неотъемлемый компонент успешной спортивной деятельности инвалидов в современных условиях.

32. Средства, методы и методические приёмы специальной психической подготовки спортсменов-инвалидов.

33. Специальная психическая подготовка спортсменов-инвалидов. Ознакомление с направлениями психологического тестирования в адаптивном спорте.

34. Общая и специальная физическая подготовка.

35. Коррекционно-компенсаторная направленность тренировки спортсменов-инвалидов.

36. Особенности применения различных видов физической подготовки и корректирующих упражнений в микро-, мезо- и макроциклах.

37. Методика организации и проведение занятия по развитию физических качеств у лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

38. Развитие силовых способностей: влияние инвалидности на развитие силовых способностей, средства и методы их развития.

39. Развитие скоростных способностей: особенности проявления скоростных способностей у инвалидов с различными нарушениями и методики развития их основных компонентов.

40. Развитие выносливости: характеристика проявления выносливости (общая и специальная), виды выносливости и методики их развития.

41. Развитие гибкости: характеристика, закономерности развития гибкости. Специфические особенности развития гибкости у инвалидов с нарушениями функции опорно-двигательного аппарата.

42. Развитие координационных способностей: структура координационных способностей, методики развития различных проявлений координационных способностей у инвалидов.

43. Методика выполнения упражнений в растягивании, совмещенных с самомассажем.

44. Индивидуализация процесса технической подготовки в адаптивном спорте. Основы тактической подготовки в адаптивном спорте.

45. Особенности содержания, задач, средств и методов адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

46. Особенности содержания, задач, средств и методов адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с нарушениями зрения.

47. Особенности содержания, задач, средств и методов адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с нарушениями слуха.

48. Особенности содержания, задач, средств и методов адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с нарушениями интеллекта.

49. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте.

50. Планирование тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивном спорте.

51. Виды контроля в адаптивном спорте.

52. Классификация приемов физической помощи и страховки.