

Министерство образования Республики Беларусь
Учебно-методическое объединение по образованию
в области физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра образования
Республики Беларусь

_____ 07.09.2015 _____ В.А.Богуш

Регистрационный № ТД - № 098/тип.

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Типовая учебная программа по учебной дисциплине
для направления специальности:
1-88 01 02-02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура
(адаптивная)»

СОГЛАСОВАНО

Первый заместитель Министра
спорта и туризма Республики
образования Беларусь

_____ А.С.Гагиев

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления высшего
образования Министерства
Республики Беларусь

_____ С.И.Романюк

СОГЛАСОВАНО

Председатель учебно-методического
объединения по образованию
в области физической культуры

_____ Г.П.Косяченко

СОГЛАСОВАНО

Проректор по научной-методической
работе Государственного учреждения
образования «Республиканский
институт высшей школы

_____ И.В.Титович

Эксперт-нормоконтролер

СОСТАВИТЕЛИ:

В.И.Приходько, заведующий кафедрой лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент;

В.Г.Калюжин, доцент кафедры лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук;

Е.И.Серкульская, доцент кафедры лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук;

М.К.Лисовский, старший преподаватель кафедры лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

кафедра медико-биологических основ физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол от 28.04.2014 № 9)

Т.А.Глазько, доцент кафедры физического воспитания учреждения образования «Минский государственный лингвистический университет» кандидат педагогических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 20.05.2014 № 12);

советом факультета оздоровительной физической культуры и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 21. 05. 2014 № 13);

по группе специальностей 88 01 «Физическая культура» учебно-методического объединения по образованию в области физической культуры (протокол от 26.05.2014 № 7)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» разработана для студентов, обучающихся по специальности 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» по направлению 1-88 01 02-02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)», в соответствии с требованиями образовательного стандарта ОСВО 1-88 01 02-2013 и учебного плана вышеуказанной специальности. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание в соответствии с новыми научно-методическими разработками в области лечения средствами физической культуры; акцент на компетентностном подходе в обучении, самостоятельной подготовке студентов; использование современных инновационных педагогических технологий.

Для изучения учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» необходимы знания по следующим учебным дисциплинам: «Анатомия», «Биомеханика».

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель учебной дисциплины: формирование у студентов системы специальных знаний, умений и навыков по использованию средств, методов и форм адаптивной физической культуры в процессе педагогической деятельности в области физической культуры для лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности.

Задачи учебной дисциплины:

- раскрытие сущности адаптивной физической культуры и возможных путей ее использования в образовательном процессе;
- формирование у студентов системы фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры;
- ознакомление и формирование у студентов навыков по использованию средств, методов, методик, коррекционно-восстановительных технологий в процессе занятий адаптивной физической культурой с лицами с ограниченными возможностями жизнедеятельности;
- формирование у студентов познавательной активности, стремления к творчеству, интереса к проблемам адаптивной физической культуры.

ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» формируются следующие компетенции:

академические компетенции:

специалист должен:

- владеть исследовательскими навыками;
- уметь работать самостоятельно;
- творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры;

– иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий, в процессе планирования, проведения учебно-тренировочных занятий, контроля их эффективности и корректировки содержания;

– обладать навыками устной и письменной коммуникации;

социально-личностные компетенции:

специалист должен:

– обладать качествами гражданственности;

– обладать способностью к межличностным коммуникациям;

– владеть навыками и быть примером в ведении здорового образа жизни;

– быть способным к критике и самокритике;

– уметь работать в команде;

– формировать и аргументировать собственные суждения и профессиональную позицию;

– проявлять инициативу и креативность, в том числе в нестандартных ситуациях;

профессиональные компетенции

специалист должен быть способен на следующие виды деятельности:

– разрабатывать программы и документы планирования занятий в организованных и самостоятельных формах оздоровительной физической культуры;

– использовать современные, адекватные поставленным задачам, средства и методы физического воспитания на занятиях оздоровительной физической культурой;

– осуществлять педагогический контроль и оценивать показатели физического состояния занимающихся;

– организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;

– обеспечивать безопасность занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью;

– использовать приемы формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

– осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и

– разрабатывать коррекционно-развивающие программы занятий, уроков физической культуры с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды;

– определять оптимальную дозировку физической нагрузки для лиц с психофизическими отклонениями и инвалидов;

– проводить подбор средств и методов физической культуры для восстановления здоровья и работоспособности у лиц с психофизическими отклонениями и инвалидов;

– осуществлять контроль за результатами учебно-воспитательного процесса;

– осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, физкультурно-оздоровительной и коррекционно-восстановительной деятельности;

- работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;
- контролировать и поддерживать учебную, трудовую и производственную дисциплину;
- составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен

знать:

- содержание нормативно-правовых актов, обеспечивающих социальную защиту и реабилитацию инвалидов;
- цель и задачи основных видов адаптивной физической культуры;
- теоретические и организационно-методические основы адаптивной физической культуры;
- методику применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в адаптивной физической культуре;
- содержание врачебно-педагогического контроля;
- особенности оснащения мест занятий адаптивной физической культурой специальным оборудованием и тренажерами;
- формы и содержание адаптивного физического воспитания в образовательных учреждениях для детей с особенностями психофизического развития и детей-инвалидов;
- формы и содержание адаптивно-спортивной тренировки инвалидов различного возраста и категорий;

уметь:

- использовать в профессиональной деятельности положения нормативно-правовой базы, обеспечивающей социальную защиту и реабилитацию инвалидов;
- выбирать средства, методы, формы в соответствии с задачами адаптивной физической культуры (коррекционными, компенсаторными, профилактическими, оздоровительными, образовательными, воспитательными);
- разрабатывать современные технологии проведения занятий во всех видах адаптивной физической культуры;
- составлять комплексы упражнений с целью общей и специальной тренировки;
- формировать двигательные умения, навыки и развивать физические качества у лиц с отклонениями в психофизическом развитии.
- организовывать и проводить занятия адаптивным физическим воспитанием с различными категориями лиц с отклонениями психофизического развития;

владеть:

- навыками выбора средств, методов, форм при занятиях различными видами адаптивной физической культуры с разными категориями инвалидов и детей с отклонениями психофизического развития;

– навыками составления комплексов упражнений и проведения занятий адаптивной физической культурой с различными категориями инвалидов.

В соответствии с типовым учебным планом изучение учебной дисциплины рассчитано на 986 учебных часов, из них 488 – аудиторные. Примерное распределение аудиторных часов по видам занятий: 128 часов – лекции, 312 часов – практические занятия, 48 часов – семинары. По дисциплине предусмотрено написание курсовой работы.

Формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине – зачет, экзамен, курсовая работа.

Методы (технологии) обучения

Содержание тем лекций и практических занятий ориентировано на освещение теоретико-методических основ адаптивной физической культуры в целом, а также ее видов.

В педагогическом процессе используются лично и профессионально ориентированные образовательные технологии обучения, предполагающие развитие профессионально значимых качеств и практических умений. К ним относятся: технологии модульного обучения, проблемного обучения, организации коллективной мыследеятельности, анализ конкретных ситуаций, деловые игры.

Для диагностики сформированности компетенций используются следующие основные средства: критериально-ориентировочные тесты оценки теоретико-методологического уровня подготовки; контрольные тесты, написание рефератов, составление комплексов различных упражнений с учетом анатомо-функциональной работы мышц при разных движениях, планов-конспектов занятий по адаптивному физическому воспитанию, результаты защиты курсовой и дипломной работ. Текущий контроль успеваемости рекомендуется проводить в форме устного опроса, тестового контроля, проведения комплекса упражнений, функциональных проб на практических занятиях с выставлением отметок по пройденным темам и заданиям. Рекомендуемая методика проведения семинаров заключается в проведении устных или письменных опросов по определенным разделам и темам. Рекомендуемые формы контроля – зачет, экзамен.

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название разделов и тем	Количество аудиторных часов			
	Всего	Из них		
		лекции	практические занятия	семинарские занятия
1	2	3	4	5
Раздел 1. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная дисциплина	10	6	2	2
Тема 1.1. Введение в специальность	2	2		
Тема 1.2. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры	2	2		
Тема 1.3. Функции адаптивной физической культуры	2	2		
Тема 1.4. Принципы адаптивной физической культуры	2		2	
Тема 1.5. Теоретические основы адаптивной физической культуры	2			2
Раздел 2. Основы реабилитологии	12	6	4	2
Тема 2.1. Понятие инвалидности	4	2	2	
Тема 2.2. Понятие о реабилитологии как науке и учебной дисциплине	4	2	2	
Тема 2.3. Организация международной системы реабилитации	2	2		
Тема 2.4. Общие вопросы реабилитологии как науки и учебной дисциплины	2			2
Раздел 3. Задачи, средства и формы адаптивной физической культуры	34	4	28	2
Тема 3.1. Задачи адаптивной физической культуры. Классификация средств	4	2	2	
Тема 3.2. Характеристика средств адаптивной физической культуры	4		4	
Тема 3.3. Формы организации занятий адаптивной физической культурой	10	2	8	
Тема 3.4. Дозированная ходьба и дозированное восхождение (терренкур) в адаптивной физической культуре	4		4	
Тема 3.5. Ближний туризм для лиц с ограниченными возможностями здоровья	4		4	
Тема 3.6. Оздоровительная аэробика для лиц с ограниченными возможностями здоровья	4		4	
Тема 3.7. Плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья	2		2	
Тема 3.8. Средства и формы адаптивной физической культуры	2			2

1	2	3	4	5
культуры				
Раздел 4. Методы адаптивной физической культуры	18	4	12	2
Тема 4.1. Методы формирования знаний и воспитания личности	6	2	4	
Тема 4.2. Методы обучения двигательным действиям	4	2	2	
Тема 4.3. Методы направленного развития двигательных способностей	6		6	
Тема 4.4. Особенности методов в адаптивной физической культуре	2			2
Раздел 5. Основы динамической анатомии	24	2	20	2
Тема 5.1. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц	2	2		
Тема 5.2. Влияние двигательной активности на строение и рост длинных трубчатых костей	2		2	
Тема 5.3. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба	6		6	
Тема 5.4. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки	4		4	
Тема 5.5. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях верхних конечностей	4		4	
Тема 5.6. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях нижних конечностей	4		4	
Тема 5.7. Основные принципы динамической анатомии	2			2
Раздел 6. Теоретические основы адаптивной физической культуры	8	4	2	2
Тема 6.1. Адаптивная физическая культура – неспецифический, патогенетический и функциональный метод лечения и профилактики заболеваний	2	2		
Тема 6.2. Физиологические основы корригирующего действия физической культуры	2	2		
Тема 6.3. Показания и противопоказания к назначению адаптивной физической культуры	2		2	
Тема 6.4. Основы адаптивной физической культуры	2			2
Раздел 7. Двигательный стереотип и его нарушения	16	4	12	
Тема 7.1. Понятие о двигательном стереотипе	2	2		
Тема 7.2. Методика исследования двигательного стереотипа	6	2	4	
Тема 7.3. Нарушение двигательного стереотипа	2		2	
Тема 7.4. Перестройка нарушенного двигательного стереотипа	6		6	
Раздел 8. Тренировка оптимального двигательного стереотипа различных положений и движений тела	16	2	12	2
Тема 8.1. Тренировка стереотипа дыхания	2		2	
Тема 8.2. Тренировка положения тела стоя на обеих ногах	4	2	2	

1	2	3	4	5
Тема 8.3. Тренировка положения тела стоя на одной ноге	2		2	
Тема 8.4. Тренировка положения тела сидя	2		2	
Тема 8.5. Тренировка сгибания туловища	2		2	
Тема 8.6. Тренировка поднимания рук	2		2	
Тема 8.7. Тренировка оптимального двигательного стереотипа	2			2
Раздел 9. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	16	4	10	2
Тема 9.1. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий в адаптивной физической культуре	4	2	2	
Тема 9.2. Применение тренажеров в адаптивной физической культуре	4		4	
Тема 9.3. Обучение и совершенствование двигательных действий с помощью тренажеров	2		2	
Тема 9.4. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям	4	2	2	
Тема 9.5. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	2			2
Раздел 10. Направленное развитие двигательных способностей у лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности	54	8	42	4
Тема 10.1. Основные закономерности развития двигательных способностей	4	2	2	
Тема 10.2. Физическая нагрузка как структурная основа развития и совершенствования двигательных способностей	2	2		
Тема 10.3. Направленное развитие гибкости в адаптивной физической культуре	4		4	
Тема 10.4. Направленное развитие силовых способностей в адаптивной физической культуре	4		4	
Тема 10.5. Направленное развитие координационных способностей в адаптивной физической культуре	6	2	4	
Тема 10.6. Направленное развитие выносливости в адаптивной физической культуре	4		4	
Тема 10.7. Развитие двигательных способностей в адаптивной физической культуре	2			2
Тема 10.8. Общая и специальная тренировка в адаптивной физической культуре	2	2		
Тема 10.9. Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений с предметами	2		2	
Тема 10.10. Составление и проведение комплексов упражнений на расслабление и на растягивание	4		4	
Тема 10.11. Составление и проведение комплексов идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений	4		4	

1	2	3	4	5
Тема 10.12. Составление и проведение комплексов корригирующих упражнений	2		2	
Тема 10.13. Составление и проведение комплексов упражнений на координацию и тренировку вестибулярного аппарата	4		4	
Тема 10.14. Составление и проведение комплексов статических упражнений и упражнений с сопротивлением	4		4	
Тема 10.15. Составление и проведение комплексов статических и динамических дыхательных упражнений	4		4	
Тема 10.16. Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений на занятиях адаптивной физической культурой	2			2
Раздел 11. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре	38	10	24	4
Тема 11.1. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Цели, задачи	2	2		
Тема 11.2. Показания и противопоказания к физическим нагрузкам в адаптивной физической культуре	2		2	
Тема 11.3. Методы изучения физического развития инвалидов различных категорий	2	2		
Тема 11.4. Измерение линейных размеров тела	2		2	
Тема 11.5. Измерение объема движений в суставах	2		2	
Тема 11.6. Исследование мышечной силы	2		2	
Тема 11.7. Методы оценки физического развития инвалидов	2		2	
Тема 11.8. Методы изучения физического развития инвалидов различных категорий в адаптивной физической культуре	2			2
Тема 11.9. Функциональное обследование инвалидов в адаптивной физической культуре	4	2	2	
Тема 11.10. Функциональное обследование различных систем организма инвалидов	4	2	2	
Тема 11.11. Особенности врачебного контроля инвалидов различных категорий	6	2	4	
Тема 11.12. Особенности врачебного контроля инвалидов, перенесших ампутацию конечностей	2		2	
Тема 11.13. Особенности врачебного контроля инвалидов с детским церебральным параличом, с поражением центральной нервной системы, с нарушениями интеллекта	2		2	
Тема 11.14. Особенности врачебного контроля на занятиях адаптивной физической культурой инвалидов с нарушениями зрения и слуха	2		2	
Тема 11.15. Особенности врачебного контроля за инвалидами различных категорий	2			2

1	2	3	4	5
Раздел 12. Методология научного исследования в адаптивной физической культуре	16	4	10	2
Тема 12.1. Виды научных работ. Формы их представления	2	2		
Тема 12.2. Структура и содержание курсовой работы	6	2	4	
Тема 12.3. Организация педагогического исследования. Обработка материалов научной и методической деятельности	2		2	
Тема 12.4. Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде	2		2	
Тема 12.5. Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов в практику	2		2	
Тема 12.6. Основы научного исследования в адаптивной физической культуре	2			2
Раздел 13. Материально-техническое обеспечение в адаптивной физической культуре	20	8	10	2
Тема 13.1. Классификация средств для оснащения сооружений оздоровительного назначения при работе с инвалидами	4	4		
Тема 13.2. Тренажеры, их классификация. Способы воздействия тренажеров на спортсменов-инвалидов	6	4	2	
Тема 13.3. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с дефектами верхних конечностей	2		2	
Тема 13.4. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов при нарушении движения различного генеза	2		2	
Тема 13.5. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями слуха или зрения	2		2	
Тема 13.6. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями интеллекта	2		2	
Тема 13.7. Технические средства при занятиях адаптивной физической культурой	2			2
Раздел 14. Гигиена адаптивной физической культуры	14	6	6	2
Тема 14.1. Особенности жизнедеятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья и роль адаптивной физической культуры в их оздоровлении	2	2		
Тема 14.2. Ограничительный режим и профилактические мероприятия у лиц, занимающихся адаптивной физической культурой	2		2	
Тема 14.3. Основные принципы рационального питания при занятиях адаптивной физической культурой	2	2		
Тема 14.4. Гигиенические аспекты закаливания у лиц с ограниченными возможностями здоровья	2		2	
Тема 14.5. Гигиена спортивных сооружений для инвалидов	4	2	2	

1	2	3	4	5
Тема 14.6. Гигиена физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья	2			2
Раздел 15. Теоретические и медико-биологические основы адаптивного физического воспитания	18	10	6	2
Тема 15.1. Цель, задачи, функции и принципы адаптивного физического воспитания	2	2		
Тема 15.2. Нормативно-правовые основы адаптивного физического воспитания	2	2		
Тема 15.3. Педагогический контроль на занятиях по адаптивному физическому воспитанию в дошкольных и средних учреждениях образования	4	2	2	
Тема 15.4. Врачебный контроль на занятиях по адаптивному физическому воспитанию в дошкольных и средних учреждениях образования	6	4	2	
Тема 15.5. Реабилитационный потенциал занимающихся адаптивным физическим воспитанием в дошкольных и средних учреждениях образования	2		2	
Тема 15.6. Основы врачебно-педагогического контроля в адаптивном физическом воспитании	2			2
Раздел 16. Организация и содержание адаптивного физического воспитания	46	12	30	4
Тема 16.1. Средства и формы адаптивного физического воспитания	2	2		
Тема 16.2. Содержание программ по адаптивному физическому воспитанию для занимающихся дошкольного возраста с различными особенностями психофизического развития	4	2	2	
Тема 16.3. Содержание программ по адаптивному физическому воспитанию для занимающихся школьного возраста с различными особенностями психофизического развития	4	2	2	
Тема 16.4. Особенности организации занятий по адаптивному физическому воспитанию	2			2
Тема 16.5. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях	8	2	6	
Тема 16.6. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях	8	2	6	
Тема 16.7. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушением интеллекта в дошкольных и школьных учреждениях	8	2	6	
Тема 16.8. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и	6		6	

1	2	3	4	5
школьных учреждениях образования				
Тема 16.9. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию с детьми, имеющими висцеральные нарушения, в дошкольных и школьных учреждениях образования	2		2	
Тема 16.10. Особенности методики занятий по адаптивному физическому воспитанию у занимающихся с различными особенностями психофизического развития	2			2
Раздел 17. Адаптивная двигательная рекреация и туризм	28	18	8	2
Тема 17.1. Адаптивная двигательная рекреация и туризм. Цель, задачи, функции	2	2		
Тема 17.2. Природные рекреационные ресурсы и их использование в сфере адаптивной двигательной рекреации и туризма	4	2	2	
Тема 17.3. Особо охраняемые природные территории. Биоклимат и природные лечебные ресурсы	4	4		
Тема 17.4. Курортология и адаптивная рекреация. Типы лечебно-профилактических учреждений на курорте	4	2	2	
Тема 17.5. Адаптивная двигательная рекреация в условиях оздоровительных и туристических учреждений	4	2	2	
Тема 17.6. Историко-культурный потенциал и его использование в туристической деятельности инвалидов	2	2		
Тема 17.7. Общая характеристика основных составляющих туристической инфраструктуры	4	2	2	
Тема 17.8. Адаптивная двигательная рекреация по месту жительства инвалидов	2	2		
Тема 17.9. Особенности организации двигательной рекреации у лиц с ограниченными возможностями здоровья	2			2
Раздел 18. Социально-бытовая адаптация человека с инвалидностью	10	4	4	2
Тема 18.1. Методы обучения самообслуживанию и хозяйственно-бытовому труду	4	2	2	
Тема 18.2. Методы обучения элементам социально-средовой адаптации	4	2	2	
Тема 18.3. Методы социально-бытовой адаптации	2			2
Раздел 19. Креативные телесно-ориентированные практики и экстремальные виды двигательной активности	10	4	4	2
Тема 19.1. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика креативных телесно-ориентированных практик	4	2	2	
Тема 19.2. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика экстремальных видов двигательной активности	4	2	2	

1	2	3	4	5
Тема 19.3. Методики креативных телесно-ориентированных практик и экстремальных видов двигательной активности у разных категорий лиц с ограниченными возможностями	2			2
Раздел 20. Медицинская реабилитация	12	2	10	
Тема 20.1. Основы медицинской реабилитации	2	2		
Тема 20.2. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с двигательными нарушениями	2		2	
Тема 20.3. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с умственными нарушениями	2		2	
Тема 20.4. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями слуха и речи	2		2	
Тема 20.5. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями зрения	2		2	
Тема 20.6. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с соматическими нарушениями	2		2	
Раздел 21. Профессиональная реабилитация	6		6	
Тема 21.1. Система профессиональной реабилитации в Республике Беларусь	2		2	
Тема 21.2. Содержание профессиональной реабилитации	2		2	
Тема 21.3. Особенности профессионального обучения в профессионально-технических училищах инвалидов и лиц с нарушением психофизического развития	2		2	
Раздел 22. Социальная реабилитация	6	2	2	2
Тема 22.1. Законодательная база Республики Беларусь по предупреждению инвалидности и социальной защите инвалидов	2	2		
Тема 22.2. Особенности формирования инвалидности взрослых в зависимости от пола, возраста и региона проживания	2		2	
Тема 22.3. Основы медицинской, профессиональной и социальной реабилитации	2			2
Раздел 23. Адаптивный спорт	56	4	48	4
Тема 23.1. Адаптивный спорт в адаптивной физической культуре: понятия, цели, задачи, функции, методологические основы	2	2		
Тема 23.2. История развития адаптивного спорта. Становление и развитие Паралимпийского движения	2		2	
Тема 23.3. Нормативно-правовая база адаптивного спорта. Спортивные общественные движения и объединения инвалидов	2		2	
Тема 23.4. Медицинское обеспечение и медико-реабилитационные аспекты в адаптивном спорте	4		4	
Тема 23.5. Спортивно-медицинская классификация инвалидов	2		2	

1	2	3	4	5
Тема 23.6. Безопасность при проведении спортивных мероприятий с инвалидами	2		2	
Тема 23.7. Допинг-контроль в медицинском обеспечении соревнований	2		2	
Тема 23.8. Теоретические и медико-биологические основы адаптивного спорта	2			2
Тема 23.9. Содержание и методика адаптивно-спортивной тренировки	2		2	
Тема 23.10. Методические особенности применения общепедагогических и специфических средств и методов в адаптивном спорте	2		2	
Тема 23.11. Формирование личностных качеств и специальная психическая подготовка спортсменов-инвалидов	2		2	
Тема 23.12. Общая и специальная физическая подготовка у лиц с ограниченными возможностями здоровья	2		2	
Тема 23.13. Техничко-тактическая подготовка. Особенности обучения технике в адаптивном спорте	2		2	
Тема 23.14. Проблемы формирования двигательных навыков у спортсменов-инвалидов	4		4	
Тема 23.15. Особенности медико-педагогического обеспечения в адаптивном спорте	2		2	
Тема 23.16. Особенности адаптивно-спортивной тренировки инвалидов с различными нарушениями	2	2		
Тема 23.17. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата	4		4	
Тема 23.18. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями слуха и зрения	4		4	
Тема 23.19. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями интеллекта	2		2	
Тема 23.20. Планирование тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивном спорте	2		2	
Тема 23.21. Контроль в адаптивном спорте. Оптимизация процесса спортивной подготовки в адаптивном спорте	2		2	
Тема 23.22. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте, ее специфика в системе «Special Olympic»	2		2	
Тема 23.23. Особенности организации и проведения соревнований с инвалидами, имеющими различные нарушения	2		2	
Тема 23.24. Адаптивный спорт у различных категорий инвалидов	2			2
Итого	488	128	312	48

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел 1. ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ИНТЕГРАТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА

Тема 1.1. ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

Адаптивная физическая культура – важнейший компонент в реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья. Предмет, объект, цели, приоритетные задачи, содержание адаптивной физической культуры. Определение основных понятий и терминов адаптивной физической культуры. Виды адаптивной физической культуры, их возможности в обеспечении реализации биологических и социальных потребностей инвалидов и лиц с особенностями психофизического развития.

Тема 1.2. ОПОРНЫЕ КОНЦЕПЦИИ МЕТОДОЛОГИИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека: целостность организма, причинно-следственная связь, адаптация, компенсация, движение – основа жизнедеятельности. Взаимосвязь биологического и социального, телесного и психического.

Тема 1.3. ФУНКЦИИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Адаптивная физическая культура как многосложное функциональное явление, оказывающее влияние на различные стороны жизни человека и общества. Характеристика важнейших педагогических функций: учебно-познавательной, развивающей, коррекционной, профессионально-подготовительной, воспитательной, компенсаторной, рекреативно-оздоровительной, соревновательной, оздоровительно-восстановительной, ценностно-ориентационной, творческой, лечебно-восстановительной, профилактической.

Социальные функции адаптивной физической культуры, характеризующие ее влияние на другие социальные явления и процессы окружающей жизни. Характеристика важнейших социальных функций: социализирующей, коммуникативной, интегративной, гуманистической, зрелищной, эстетической, престижной.

Тема 1.4. ПРИНЦИПЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Принципы адаптивной физической культуры в деятельности специалиста. Характеристика социальных принципов: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума.

Характеристика общеметодических принципов: научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, особенности применения общеметодических принципов в адаптивной физической культуре.

Тема 1.5. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

(семинар по темам 1.1–1.4)

Раздел 2. ОСНОВЫ РЕАБИЛИТОЛОГИИ

Тема 2.1. ПОНЯТИЕ ИНВАЛИДНОСТИ

Определение понятий «инвалидность», «инвалид». Компоненты инвалидности, степени ограничения жизнедеятельности. Группы инвалидности. Причины инвалидности. Модели инвалидности (медицинская, социальная, политическая, модель независимой жизни).

Тема 2.2. ПОНЯТИЕ О РЕАБИЛИТОЛОГИИ КАК НАУКЕ И УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Понятие о реабилитологии как науке. Взаимосвязь реабилитологии с другими науками и учебными дисциплинами. Объективные предпосылки для возникновения и развития реабилитологии. Современные подходы к реабилитации. Цель, задачи, принципы реабилитации. Этапы, виды реабилитации. Реабилитация и абилитация, основные отличия. Система реабилитации в Республике Беларусь.

Тема 2.3. ОРГАНИЗАЦИЯ МЕЖДУНАРОДНОЙ СИСТЕМЫ РЕАБИЛИТАЦИИ

Международное общество по реабилитации инвалидов. Цель, задачи, принципы деятельности. Роль Организации Объединенных Наций в реабилитации инвалидов. Бюро Организации Объединенных Наций по социальной реабилитации инвалидов. Европейская программа реабилитации.

Тема 2.4. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТОЛОГИИ КАК НАУКИ И УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(семинар по темам 2.1–2.3)

Раздел 3. ЗАДАЧИ, СРЕДСТВА И ФОРМЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 3.1. ЗАДАЧИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ. КЛАССИФИКАЦИЯ СРЕДСТВ

Главные задачи адаптивной физической культуры – коррекция, компенсация, профилактика. Задачи коррекции основного дефекта (опорно-двигательного аппарата, сенсорных систем, речи, интеллекта, соматических функциональных систем организма) и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом. Задачи компенсации функции при невозможности коррекции нарушений. Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений. Особенности решения традиционных задач физической культуры (образовательных, воспитательных, развивающих) в адаптивной физической культуре.

Основные и дополнительные средства адаптивной физической культуры.
Классификация.

Тема 3.2. ХАРАКТЕРИСТИКА СРЕДСТВ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Характеристика гимнастических упражнений. Понятия «специальные» и «общеразвивающие» упражнения. Применение общеразвивающих и специальных упражнений с лечебной целью у лиц ограниченными возможностями здоровья. Дополнительные средства: гигиенические факторы природы (солнце, воздух, вода), трудотерапия, механотерапия.

Классификационные признаки подвижных игр для инвалидов. Основные требования к проведению подвижных игр в адаптивной физической культуре. Особенности методики проведения подвижных игр с детьми, имеющими нарушения зрения, слуха, интеллекта, опорно-двигательного аппарата. Подвижные игры для детей с детским церебральным параличом. Игры для умственно отсталых детей. Подвижные игры для детей со зрительной патологией.

Тема 3.3. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Адаптивная физическая культура в системе специального образования.

Урочная – основная форма занятий адаптивным физическим воспитанием. Коррекционно-развивающие, лечебно-восстановительные, оздоровительные, образовательные виды направленности урока. Организация занятий по адаптивному физическому воспитанию в детских дошкольных, школьных, профессионально-технических, средних специальных и высших учебных заведениях.

Формы занятий адаптивной физической рекреацией: в режиме дня (утренняя гимнастика, организованные игры на переменах, спортивные часы) и внеклассные (рекреативное-оздоровительные занятия в школе, физкультурные праздники, прогулки, экскурсии, викторины и др.).

Формы занятий адаптивным спортом: тренировочные занятия и соревнования.

Форма занятий адаптивной физической реабилитацией: лечебная гимнастика. Структура занятия лечебной гимнастикой. Характеристика, задачи и содержание, дозирование нагрузки в различных частях процедуры лечебной гимнастики. Методы проведения процедуры лечебной гимнастики (индивидуальный и групповой). Контроль за эффективностью проведения занятий.

Тема 3.4. ДОЗИРОВАННАЯ ХОДЬБА И ДОЗИРОВАННОЕ ВОСХОЖДЕНИЕ (ТЕРРЕНКУР) В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Характеристика, цель и содержание дозированной ходьбы. Методы регуляции нагрузки (темп, рельеф местности, величина дистанции, длина шага). Влияние дозированной ходьбы на кардиореспираторную систему. Терренкур.

Характеристика маршрутов терренкура у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Тема 3.5. БЛИЖНИЙ ТУРИЗМ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы адаптивной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, на велосипедах и др.). Влияние на кардиореспираторную систему. Дозировка нагрузки. Особенности организации рекреационной и туристской деятельности среди лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях. Тактика передвижения группы лиц с ограниченными возможностями на спортивном маршруте. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для инвалидов.

Оценка рельефа для спортивного туризма (горного пешего, горнолыжного, альпинизма, скалолазания, спелеотуризма и др.). Возможности и особенности использования рельефа местности для лечебно-оздоровительного отдыха и туризма лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта.

Тема 3.6. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ АЭРОБИКА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Характеристика основных разновидностей гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье. Отличительные особенности ритмической гимнастики. Схемы составления комплекса ритмической гимнастики. Технология конструирования программы занятий аэробикой, характеристика базовых движений аэробной части занятия. Использование фитбол-аэробики для коррекции осанки. Степ-аэробика. Основное назначение стретчинга. Правила растяжки, категории сложности растяжек. Шейпинг как вид оздоровительной гимнастики. Оздоровительная аэробика для инвалидов-колясочников.

Тема 3.7. ПЛАВАНИЕ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Понятие гидрореабилитации в адаптивной физической культуре. Причины возникновения критических ситуаций начального обучения плаванию ребенка-инвалида, их предупреждение. Технология подготовки ребенка-инвалида к бассейну в условиях ванны. Особенности плавания после ампутации нижних конечностей. Аквафитнес и гидроаэробика в адаптивной физической культуре. Специальное снаряжение для занятий в воде инвалидов.

Тема 3.8. СРЕДСТВА И ФОРМЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

(семинар по темам 3.1– 3.7)

Раздел 4. МЕТОДЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 4.1. МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗНАНИЙ И ВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ

Общепедагогические и специфические методы физического воспитания. **Общепедагогические методы:** слова, наглядности, их характеристика. Особенности применения у лиц с нарушениями психофизического развития. **Специфические методы физического воспитания:** игровой, строго регламентированного упражнения, соревновательный, их характеристика. Особенности их применения у лиц с нарушениями психофизического развития.

Тема 4.2. МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

Методы, направленные на обучение двигательным действиям: целостного и расчлененного обучения. Применение расчлененного метода для обучения выполнению отдельных частей физического упражнения, отдельных видов физических упражнений, а также при невозможности выполнения движения в целом. Применение целостного метода при обучении простым упражнениям, невозможности дробления упражнения, а также при закреплении изученных по частям и объединенных в целое физических упражнений.

Тема 4.3. МЕТОДЫ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Закономерности развития двигательных способностей: этапность, неравномерность, гетерохронность. Методы развития силовых способностей (игровой, соревновательный, строго регламентированного упражнения: максимальных усилий, динамических усилий, изометрических усилий, изокинетических усилий). Методы развития скоростных способностей (сенсорный, повторный и вариативный, соревновательный, игровой). Методы развития гибкости (строго регламентированного упражнения, игровой). Методы развития выносливости (равномерный, вариативный, повторный, интервальный, соревновательный, игровой). Методы развития координационных способностей.

Тема 4.4. ОСОБЕННОСТИ МЕТОДОВ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(семинар по темам 4.1–4.3)

Раздел 5. ОСНОВЫ ДИНАМИЧЕСКОЙ АНАТОМИИ

Тема 5.1. АНАТОМО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ МЫШЦ

Характеристика работы двигательного аппарата. Морфологическая и функциональная характеристика мышц. Понятия: «состояние мышц», «тонус мышцы», «сила мышцы». Парадоксальное действие мышц. Понятия: «цепь звеньев», «направление тяги», «пара сил». Визуальные критерии динамики опорно-двигательного аппарата и его составляющих. Понятия: «динамический стереотип», «моторный паттерн». Основные группы мышц и их характеристика. Закономерности последовательного или параллельного включения пяти основных групп мышц. Отрицательное влияние на организм человека

длительного удержания определенного положения, характеристика длительного удержания позы стоя и позы сидя.

Тема 5.2. ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА СТРОЕНИЕ И РОСТ ДЛИННЫХ ТРУБЧАТЫХ КОСТЕЙ

Структурные изменения, изменения темпов роста длинных трубчатых костей под влиянием физических нагрузок. Адаптационные изменения костной системы у спортсменов. Суставно-связочный аппарат в системе движений. Общие закономерности роста и развития скелетной мускулатуры. Развитие и функциональная активность скелетной мускулатуры в различные возрастные периоды. Влияние физических нагрузок на строение и функцию скелетной мускулатуры.

Тема 5.3. АНАТОМО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ МЫШЦ ПРИ ДВИЖЕНИЯХ ПОЗВОНОЧНОГО СТОЛБА

Основные группы, обеспечивающие движение шейного отдела позвоночника. Моторный паттерн флексия головы и шеи, экстензия головы и шеи. Основные группы, обеспечивающие движение поясничного отдела позвоночника. Мышцы, участвующие в разгибании, сгибании, наклоне в сторону, скручивании позвоночного столба. Моторный паттерн флексия туловища. Моторный паттерн экстензия туловища. Уступающая и преодолевающая работа мышц при движениях позвоночного столба. Зависимость характера мышечной работы мышц позвоночного столба от направления движения и его темпа, исходного положения.

Анализ движений. Практические навыки анализа движений и описания движений. Составление плана-конспекта гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях позвоночного столба (флексии, экстензии, ротации, латерофлексии). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в данном движении.

Тема 5.4. АНАТОМО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ МЫШЦ ПРИ ДВИЖЕНИЯХ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

Главные, вспомогательные и косвенные дыхательные мышцы. Мышцы, участвующие во вдохе и выдохе. Основные и вспомогательные функции дыхательных мышц. Режимы работы вспомогательных дыхательных мышц. Условия для расслабления и отдыха мышц вдоха и мышц выдоха. Синкинезии дыхательной и позвоночной мускулатуры. Мышцы, сокращающиеся на вдохе. Мышцы, сокращающиеся на выдохе. Глазодвигательные и дыхательные синергии.

Анализ движений. Практические навыки анализа движений и описания движений. Составление плана-конспекта гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях грудной клетки. Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в данном движении.

Тема 5.5. АНАТОМО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ МЫШЦ ПРИ ДВИЖЕНИЯХ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Мышцы, участвующие в движениях сгибания и разгибания, супинации и пронации кисти и предплечья, отведении и приведении, круговом движении плеча. Динамическая работа мышц верхних конечностей. Компоненты мышечной тяги: компонент движения и сдавливающий компонент. Статическая работа мышц верхних конечностей. Моторный паттерн: флексия плеча, экстензия плеча, абдукция плеча.

Анализ движений. Практические навыки анализа движений и описания движений. Составление плана-конспекта гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях верхней конечности (флексии, экстензии, ротации, абдукции и аддукции). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в данном движении.

Тема 5.6. АНАТОМО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ МЫШЦ ПРИ ДВИЖЕНИЯХ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Мышцы, участвующие в движениях сгибания, разгибания, пронации, супинации бедра, голени, стопы, отведении, приведении, круговом движении нижней конечности. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы. Физические упражнения для мышц нижних конечностей. Динамическая и статическая работа мышц нижних конечностей. Моторный паттерн: флексия бедра. Моторный паттерн: экстензия бедра.

Анализ движений. Практические навыки анализа движений и описания движений. Составление плана-конспекта гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях нижней конечности (флексии, экстензии, ротации, абдукции и аддукции). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в данном движении.

Тема 5.7. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ДИНАМИЧЕСКОЙ АНАТОМИИ (семинар по темам 5.1–5.6)

Раздел 6. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 6.1. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА – НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЙ, ПАТОГЕНЕТИЧЕСКИЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Особенности адаптивной физической культуры как терапевтического метода. Неспецифическое действие физических упражнений на организм человека. Принцип управляемости – основа функционального воздействия физических упражнений. Сущность патогенетического действия физических упражнений при различных заболеваниях.

Тема 6.2. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОРРИГИРУЮЩЕГО ДЕЙСТВИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Физиологическое и терапевтическое действие физических упражнений. Сущность нейрогуморальной регуляции. Роль адаптивной физической культуры в восстановлении нарушенных в результате болезни функций организма.

Основные механизмы корригирующего действия физических упражнений. Тонизирующее действие физических упражнений на центральную нервную систему, моторно-висцеральные рефлексы, обмен веществ. Трофическое, нормализующее действие физических упражнений на организм больного человека. Сущность механизма компенсации функции.

Характеристика психогенного влияния физических упражнений на организм больного человека. Учет психологических особенностей пациента в работе инструктора-методиста адаптивной физической культуры. Определение необходимых механизмов действия физических упражнений на организм человека при заболеваниях различных систем и органов.

Тема 6.3. ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К НАЗНАЧЕНИЮ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Показания к назначению адаптивной физической культуры при заболеваниях внутренних органов, функциональных систем и травмах. Психотерапевтический эффект назначения адаптивной физической культуры. Противопоказания к назначению адаптивной физической культуры.

Тема 6.4. ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (семинар по темам 6.1–6.3)

Раздел 7. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ СТЕРЕОТИП И ЕГО НАРУШЕНИЯ

Тема 7.1. ПОНЯТИЕ О ДВИГАТЕЛЬНОМ СТЕРЕОТИПЕ

Понятие и двигательный стереотип. Уровни построения движения. Уровень А. Уровень Б. Уровень С. Высшие кортикальные уровни.

Тема 7.2. МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА

Функциональные патологии уровня А. Изменение силы, тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования повышения и снижения функциональной активности мышц.

Функциональная патология уровня В. Характеристика общей осанки – позы положения сидя и стоя (положения головы, шеи, плечевого пояса, грудной клетки, поясницы, тазового пояса, нижних конечностей в покое). Визуальная диагностика миостатики, критерии.

Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения напрягать отдельную мышцу или мышечную группу, имитации назначенных движений после показа.

Тема 7.3. НАРУШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА

Генерализованные дискоординаторные синдромы. Регионально локальные дискоординаторные синдромы. Нарушения стереотипа дыхания.

Тема 7.4. ПЕРЕСТРОЙКА НАРУШЕННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА

Понятие «анатомическая цепь мышц». Задняя поверхностная миофасциальная цепь. Передняя поверхностная миофасциальная цепь. Латеральная миофасциальная цепь. Спиралевидная миофасциальная цепь. Глубокая миофасциальная цепь. Оценка стереотипов движения. Общие принципы коррекции прочного двигательного стереотипа. Методика сенсомоторной активации.

Раздел 8. ТРЕНИРОВКА ОПТИМАЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА РАЗЛИЧНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ И ДВИЖЕНИЙ ТЕЛА

Тема 8.1. ТРЕНИРОВКА СТЕРЕОТИПА ДЫХАНИЯ

Характеристика оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. Тренировка оптимального стереотипа дыхания. Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха.

Тема 8.2. ТРЕНИРОВКА ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛА СТОЯ НА ОБЕИХ НОГАХ

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на обеих ногах». Типичные ошибки положения стоя на обеих ногах. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.

Тема 8.3. ТРЕНИРОВКА ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛА СТОЯ НА ОДНОЙ НОГЕ

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки положения стоя на одной ноге. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге. Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного выдвигания ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.

Тема 8.4. ТРЕНИРОВКА ПОЛОЖЕНИЯ ТЕЛА СИДЯ

Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу выпрямившись с поворотом туловища. Сидение выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.

Тема 8.5. ТРЕНИРОВКА СГИБАНИЯ ТУЛОВИЩА

Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. Коррекция нарушений мышечной регуляции сгибания туловища. Тренировка кифозирования

поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.

Тема 8.6. ТРЕНИРОВКА ПОДНИМАНИЯ РУК

Характеристика двигательного стереотипа «поднимание рук». Типичные ошибки поднимания рук. Коррекция нарушений мышечной регуляции поднятия рук. Тренировка поднимания разведенных в сторону рук лежа на животе, поднимания и опускания плеч, поднимания и опускания плеч с поднятыми руками, поднимания рук вперед и назад, поднимания рук над головой.

Тема 8.7. ТРЕНИРОВКА ОПТИМАЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА

(семинар по темам 8.1–8.6)

Раздел 9. ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема 9.1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ КОНЦЕПЦИИ ОБУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Главные требования к процессу обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Понятия «ошибка» и «допустимые отклонения». Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения: теория формирования действий и понятий; теория формирования образа в системе психической регуляции деятельности, теория «чистого перцептивного обучения» при освоении исполнительской деятельности; концепция «искусственная управляющая среда»; теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом; средства и методы обучения, основанные на принудительном воздействии на звенья тела человека. Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация).

Тема 9.2. ПРИМЕНЕНИЕ ТРЕНАЖЕРОВ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров. Задачи, решаемые с помощью тренажеров при занятиях адаптивной физической культурой. Факторы, обуславливающие эффективность процесса обучения работе на тренажерах. Способы, обеспечивающие энергосиловые взаимодействия технических устройств со спортсменом-инвалидом, и способы, реализующие поток информации, поступающей к занимающемуся по каналу прямой связи. Воздействие тренажеров на занимающихся.

Тема 9.3. ОБУЧЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ С ПОМОЩЬЮ ТРЕНАЖЕРОВ

Изучение конструктивных особенностей тренажеров различных групп. Их краткая характеристика, особенности конструкции. Задачи, решаемые при помощи тренажеров различных групп. Правила пользования ими. Наиболее часто встречающиеся ошибки и проблемы при эксплуатации тренажеров.

Тема 9.4. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ И СТРАХОВКА ПРИ ОБУЧЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

Понятия «физическая помощь», «страховка». Роль физической помощи и страховки при освоении двигательных действий лицами, имеющими сенсорные, двигательные, интеллектуальные нарушения. Классификация видов физической помощи. Использование физической помощи и страховки (в том числе с помощью тренажеров и технических средств) в процессе освоения двигательных действий с учетом конкретного дефекта (двигательного, сенсорного, интеллектуального) у занимающихся.

Тема 9.5. ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(семинар по темам 9.1–9.4)

Раздел 10. НАПРАВЛЕННОЕ РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 10.1. ОСНОВНЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Особенности сенситивных периодов у детей с нарушениями в развитии. Влияние нарушенного хода развития на физическое и функциональное состояние детей. Значение своевременного выявления отстающих в развитии двигательных способностей. Педагогические приемы, повышающие эффективность коррекционного воздействия на двигательные способности. Специфика развития двигательных способностей у детей с нарушениями развития (особенности применения средств и методов). Комплексная коррекция координационных способностей – специфическая задача адаптивной физической культуры.

Влияние тяжести и структуры основного дефекта на уровень построения движений. Оптимальное управление процессом формирования (обучения) и совершенствования двигательных действий. Современные методики обучения людей с нарушениями в развитии двигательным действиям. Роль тренажеров и технических приспособлений в обучении двигательным действиям людей с нарушенным развитием.

Тема 10.2. ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА КАК СТРУКТУРНАЯ ОСНОВА РАЗВИТИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Понятие «физическая нагрузка». Подбор физической нагрузки в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности. Понятие

оптимального чередования нагрузки и отдыха. Понятие «рассеивание» физической нагрузки. Способы дозирования физической нагрузки. Влияние физической нагрузки на развитие и совершенствование физических способностей у разных категорий лиц с ограниченными возможностями здоровья: с нарушениями слуха, зрения, разными формами двигательных нарушений, интеллектуальной недостаточностью, соматическими (висцеральными) нарушениями.

Тема 10.3. НАПРАВЛЕННОЕ РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Характеристика понятия «гибкость». Особенности развития гибкости в адаптивной физической культуре. Упражнения на растягивание: активные и пассивные. Характер выполнения активных упражнений: однофазные и пружинистые; маховые и фиксированные; с отягощениями и без отягощений. Статические и комбинированные упражнения. Формирование умений и навыков в проведении комплекса лечебной гимнастики с целью развития гибкости.

Тема 10.4. НАПРАВЛЕННОЕ РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Характеристика понятия «силовые способности». Особенности развития силовых способностей в адаптивной физической культуре. Увеличение и восстановление силовых показателей в адаптивной физической культуре при помощи неопредельных усилий с большим количеством повторений. Применение упражнений на сопротивление, упражнений с отягощением. Использование изометрических упражнений в развитии силовых способностей. Формирование умений и навыков в проведении комплекса лечебной гимнастики с целью развития силовых способностей.

Тема 10.5. НАПРАВЛЕННОЕ РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Характеристика понятия «координационные способности». Особенности развития координационных способностей в адаптивной физической культуре. Средства и методы развития координационных способностей. Подбор упражнений с движением в разных плоскостях, с разным темпом, характером и т. д. Тренировка вестибулярного аппарата. Подбор упражнений с учетом особенностей возрастного развития и физического состояния человека.

Тема 10.6. НАПРАВЛЕННОЕ РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Характеристика понятия «выносливость». Развитие выносливости – одна из основных задач в общей и специальной тренировке в адаптивной физической культуре. Особенности развития выносливости в адаптивной физической культуре. Применение упражнений аэробного характера с целью развития выносливости. Формирование умений и навыков в поведении комплекса лечебной гимнастики с целью развития выносливости в общей и специальной тренировке.

Тема 10.7. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(семинар по темам 10.1–10.6)

Тема 10.8. ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Клинико-физиологическое обоснование применения упражнений на растягивание, расслабление, корригирующих упражнений, идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных упражнений, упражнений на тренировку вестибулярного аппарата, упражнений на координацию движений, динамических и статических дыхательных упражнений в адаптивной физической культуре. Особенности методики применения данных упражнений с целью специальной тренировки в различные возрастные периоды, в зависимости от нозологической формы заболевания, периода применения АФК

Тема 10.9. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ С ПРЕДМЕТАМИ

Составление комплекса лечебной гимнастики с применением общеразвивающих упражнений без предметов с целью общей тренировки. Особенности комплексов в зависимости от возраста, заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением общеразвивающих упражнений без предметов. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.10. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ НА РАССЛАБЛЕНИЕ И НА РАСТЯГИВАНИЕ

Характеристика и методика выполнения упражнений на расслабление. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса упражнений на расслабление. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на расслабление. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Характеристика и методика выполнения упражнений на растягивание. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на растягивание. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Методические особенности сочетания упражнений на растягивание и расслабление. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений растягивания. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.11. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ ИДЕОСЕНСОРНЫХ, ИДЕОМОТОРНЫХ, РЕФЛЕКТОРНЫХ И ПАССИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Характеристика и методика выполнения идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Клинико-физиологическое

обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.12. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ КОРРИГИРУЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ

Характеристика и методика выполнения корригирующих упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением корригирующих упражнений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением корригирующих упражнений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.13. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ НА КООРДИНАЦИЮ И ТРЕНИРОВКУ ВЕСТИБУЛЯРНОГО АППАРАТА

Характеристика и методика выполнения упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и координации движений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и координации движений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.14. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ СТАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И УПРАЖНЕНИЙ С СОПРОТИВЛЕНИЕМ

Характеристика и методика выполнения статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением статических упражнений, упражнений с сопротивлением. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.15. СОСТАВЛЕНИЕ И ПРОВЕДЕНИЕ КОМПЛЕКСОВ СТАТИЧЕСКИХ И ДИНАМИЧЕСКИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Характеристика и методика выполнения статических и динамических дыхательных упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением статических и динамических дыхательных упражнений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения адаптивной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением статических и динамических дыхательных упражнений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 10.16. КЛИНИКО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

(семинар по темам 10.8.–10.15.)

Раздел 11. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема 11.1. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ

Определение понятия врачебного контроля. Взаимосвязь развития адаптивной физической культуры и совершенствования системы врачебного контроля. Цель, задачи, основные направления, средства и методы врачебного контроля. Необходимость проведения функционального контроля с целью объективной оценки состояния инвалида, обоснования выбора двигательного режима и допустимых физических нагрузок.

Тема 11.2. ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Значение объективного и обоснованного допуска к тренировочным занятиям и соревновательной деятельности инвалидов с различной патологией опорно-двигательного аппарата, органов зрения и слуха, различными нарушениями интеллекта. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у инвалидов различных категорий. Факторы, определяющие возможность участия инвалидов в физкультурной и спортивной деятельности. Подбор видов адаптивной физической культуры, доступных для занятий инвалидов различных категорий.

Тема 11.3. МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ИНВАЛИДОВ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ

Понятие «физическое развитие». Значение многократных исследований физического развития в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом. Методы изучения физического развития инвалидов: соматоскопия, антропометрические стандарты, метод индексов, метод корреляции. Особенности их применения при проведении врачебного контроля в адаптивной физической культуре. Выбор метода в зависимости от категории инвалида.

Тема 11.4. ИЗМЕРЕНИЕ ЛИНЕЙНЫХ РАЗМЕРОВ ТЕЛА

Значение и особенности измерения длины и окружности конечностей инвалидов при врачебном контроле в адаптивной физической культуре. Топография точек при измерении длины конечности и ее сегментов. Топография жировых складок. Определение степени атрофии мягких тканей культи и степени жировых отложений. Значение состояния подкожно-жирового слоя для оценки физического развития инвалидов.

Тема 11.5. ИЗМЕРЕНИЕ ОБЪЕМА ДВИЖЕНИЙ В СУСТАВАХ

Характеристика нормальной амплитуды движений в суставах. Значение определения подвижности и степени нарушения движений в суставах при проведении врачебного контроля и в адаптивной физической культуре. Виды нарушения подвижности в суставах. Правила и методика измерения объема движений в различных суставах при стандартном положении тела.

Тема 11.6. ИССЛЕДОВАНИЕ МЫШЕЧНОЙ СИЛЫ

Значение исследования и оценки мышечной силы у инвалидов с различной патологией при проведении врачебного контроля. Методы исследования и оценки мышечной силы у инвалидов различных категорий, занимающихся адаптивной физической культурой. Правила применения ручных и станковых динамометров. Оценка полученных данных.

Тема 11.7. МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ИНВАЛИДОВ

Оценка физического развития инвалидов: индексы, характеризующие физическое развитие (весоростовые, пропорциональности телосложения), метод определения корреляционных взаимосвязей между показателями физического развития, характеристика тесноты корреляционных взаимосвязей. Их значение для проведения врачебного контроля в адаптивной физической культуре. Выбор метода с учетом имеющейся у инвалида патологии.

Тема 11.8. МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ИНВАЛИДОВ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (семинар по темам 11.1–11.7)

Тема 11.9. ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ ИНВАЛИДОВ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Цель и задачи функционального исследования. Значение функционального исследования различных систем инвалидов в адаптивной физической культуре. Характеристика методов функциональных исследований, применяемых в адаптивной физической культуре. Факторы, определяющие выбор метода исследования в адаптивной физической культуре. Противопоказания для проведения функциональных проб.

Тема 11.10. ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ РАЗЛИЧНЫХ СИСТЕМ ОРГАНИЗМА ИНВАЛИДОВ

Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Основные показатели деятельности и пробы при исследовании уровня функционального состояния сердечно-сосудистой системы, их значение.

Методы исследования дыхательной системы. Основные показатели деятельности и пробы при исследовании уровня функциональной системы внешнего дыхания, их значение.

Методы исследования нервной системы и сенсорных анализаторов. Основные показатели деятельности и пробы при исследовании уровня функционального состояния нервной системы и сенсорных анализаторов, их значение.

Тема 11.11. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ ИНВАЛИДОВ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ

Цели и задачи врачебного контроля у инвалидов различных категорий при занятиях адаптивной физической культурой. Оценка состояния функциональных систем организма с использованием нагрузочных тестов. Дифференцированный подход к выбору методик функциональных исследований у лиц с нарушениями деятельности различных органов и систем. Особенности применения функциональных проб при обследовании инвалидов с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата и интеллекта.

Тема 11.12. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ ИНВАЛИДОВ, ПЕРЕНЕСШИХ АМПУТАЦИЮ КОНЕЧНОСТЕЙ

Характеристика особенностей гемодинамики, внешнего дыхания, обмена веществ и реологических свойств крови у лиц с ампутацией конечностей. Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при ампутациях конечностей. Методы врачебного контроля для определения двигательных режимов и оценки эффективности адаптивной физической культуры у лиц с ампутацией конечностей. Влияние физических упражнений на функциональное состояние организма при ампутации конечностей.

Тема 11.13. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ ИНВАЛИДОВ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ, С ПОРАЖЕНИЕМ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

Характеристика имеющихся нарушений у лиц с патологией нервной системы (детский церебральный паралич, травматическая болезнь спинного мозга, последствия инсультов мозга и травм нервных стволов). Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при патологии нервной системы. Методы функционального обследования в зависимости от имеющейся

неврологической патологии. Оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой у лиц с повреждениями нервной системы.

Тема 11.14. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ НА ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ИНВАЛИДОВ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ И СЛУХА

Характеристика двигательных нарушений у лиц с поражением органов зрения и слуха. Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре при патологии зрения и слуха. Влияние физических упражнений на функциональное состояние организма при патологии сенсорных анализаторов. Методы врачебного контроля для определения двигательных режимов и оценки эффективности адаптивной физической культуры инвалидов по слуху и зрению.

Тема 11.15. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ ЗА ИНВАЛИДАМИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ (семинар по темам 11.9–11.14)

Раздел 12. МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема 12.1. ВИДЫ НАУЧНЫХ РАБОТ. ФОРМЫ ИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Основные виды научных и методических работ и их характеристики (рефераты, контрольные работы, курсовые работы, дипломные работы, диссертации, монографии, книги научные и научно-популярные, научные статьи, тезисы, программы, учебники, учебные пособия, методические рекомендации, электронное издание). Основные формы научной и методической работы – устные сообщения, письменные работы и опубликованные в печати. Требования к их оформлению.

Тема 12.2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Структура курсовой работы. Содержание составляющих частей и разделов работы: титульного листа, оглавления, общей характеристики работы, анализа литературных источников по теме исследования, результатов исследований, выводов или заключения, списка литературы, приложений, перечня условных обозначений. Оформление иллюстративного материала, таблиц, необходимых для лучшего восприятия материала курсовой работы.

Тема 12.3. ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ. ОБРАБОТКА МАТЕРИАЛОВ НАУЧНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Подготовка и проведение исследовательской части работы. Выбор базы для проведения исследования, определение сроков исследования, контингента исследуемых лиц с учетом возраста, пола, формы инвалидности (особенности психофизического развития, нарушения зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата), уровня физического развития и физической подготовленности. Составление графика работы с исследуемой группой лиц. Методы качественного

и количественного анализа, используемые для оценки результатов педагогического воздействия. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности. Основные методы измерительных шкал. Способы вычисления достоверности различий между двумя независимыми результатами. Определение меры связи между явлениями. Использование информационных технологий в процессе оценки и обработки результатов исследований.

Тема 12.4. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ МАТЕРИАЛА В ТЕКСТОВОМ, ГРАФИЧЕСКОМ, ТАБЛИЧНОМ И ИЛЛЮСТРИРОВАННОМ ВИДЕ

Правила представления отдельных видов текстового материала при написании научно-методической работы (количественных и порядковых числителей, условно-графических сокращений). Понятие о рубрикации текста. Представление табличного материала в научной работе. Требования к содержанию таблицы. Требования к форме и построению таблицы. Требования к редакционно-техническому оформлению таблиц. Представление иллюстрированного материала в виде рисунков, графиков, диаграмм, чертежей, схем, фотографий. Требования к редакционно-техническому оформлению иллюстрированного материала.

Тема 12.5. ОФОРМЛЕНИЕ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ. ВНЕДРЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ В ПРАКТИКУ

Основные требования к оформлению отдельных составляющих разделов научно-методической работы: введение, список сокращений, общая характеристика работы, обзор литературы, методы и организация исследования, результаты собственных исследований, выводы. Формы внедрения в практику результатов научной и методической деятельности. Значение публикаций и официальных документов для практической деятельности человека. Значение и форма акта внедрения. Открытия, изобретения, рационализаторские предложения как результат научных исследований. Оценка публикаций различного характера в процессе участия в конкурсах, смотрах, олимпиадах, фестивалях и т. д. Значимость выступлений на научных конгрессах, научно-методических конференциях и т. д.

Тема 12.6. ОСНОВЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(семинар по темам 12.1–12.5)

Раздел 13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема 13.1. КЛАССИФИКАЦИЯ СРЕДСТВ ДЛЯ ОСНАЩЕНИЯ СООРУЖЕНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ ПРИ РАБОТЕ С ИНВАЛИДАМИ

Взаимосвязь развития физической культуры и спорта инвалидов и совершенствования материально-технического обеспечения. Группы и подгруппы средств, используемых для оснащения сооружений спортивного,

физкультурного назначения с целью обеспечения доступности проведения в них спортивно-оздоровительной работы с инвалидами. Их краткая характеристика.

Тема 13.2. ТРЕНАЖЕРЫ, ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ. СПОСОБЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ ТРЕНАЖЕРОВ НА СПОРТСМЕНОВ-ИНВАЛИДОВ

Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров. Задачи, решаемые с помощью тренажеров при занятиях адаптивной физической культурой. Факторы, обуславливающие эффективность процесса обучения работе на тренажерах. Способы, обеспечивающие энергосиловые взаимодействия технических устройств с инвалидом, в том числе со спортсменом-инвалидом. Способы, реализующие поток информации, поступающей к занимающемуся по каналу прямой связи. Воздействие тренажеров на занимающихся.

Тема 13.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ИНВАЛИДОВ С ДЕФЕКТАМИ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Факторы, стимулирующие развитие физической культуры и спорта инвалидов с дефектами верхних конечностей. Задачи, решаемые при помощи специальных технических средств и протезно-ортопедической техники при занятиях адаптивной физической культурой. Приспособления и насадки к рабочим протезам для занятий адаптивной физической культурой и спортом. Основные методические подходы к их применению.

Тема 13.4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ИНВАЛИДОВ ПРИ НАРУШЕНИИ ДВИЖЕНИЯ РАЗЛИЧНОГО ГЕНЕЗА

Факторы, стимулирующие развитие физической культуры и спорта инвалидов с дефектами нижних конечностей. Технические средства, используемые инвалидами с дефектами нижних конечностей для занятий физической культурой и спортом. Факторы, определяющие конструкцию протезов.

Тема 13.5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ИНВАЛИДОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА ИЛИ ЗРЕНИЯ

Факторы, стимулирующие развитие физической культуры и спорта инвалидов с нарушениями слуха и зрения. Особенности материально-технического обеспечения адаптивной физической культуры для занятий инвалидов данных категорий. Задачи, решаемые при помощи специальных технических средств.

Тема 13.6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ИНВАЛИДОВ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

Факторы, стимулирующие развитие физической культуры и спорта инвалидов с нарушением интеллекта. Особенности их материально-технического обеспечения. Задачи, решаемые с помощью материально-технического обеспечения при проведении занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами данной категории.

Тема 13.7. ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ПРИ ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

(семинар по темам 13.1–13.6)

Раздел 14. ГИГИЕНА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 14.1. ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ИХ ОЗДОРОВЛЕНИИ

Особенности образа жизни людей с ограниченными возможностями здоровья. Режим жизни инвалидов различных категорий. Основные принципы оздоровительного воздействия физических нагрузок на организм инвалида. Влияние адаптивной физической культуры на обретение социальной, бытовой и психологической независимости инвалидов. Актуальные аспекты физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с контингентом инвалидов и лиц, нуждающихся в физической реабилитации.

Тема 14.2. ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ У ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Биологическая сущность закономерностей адаптационных и компенсаторных процессов организма у лиц, занимающихся адаптивной физической культурой. Формирование срочных и долговременных морфо-функциональных компенсаторных приспособлений у различных нозологических групп инвалидов при занятиях адаптивной физической культурой. Понятие ограничительного режима. Профилактика и коррекция стрессовых воздействий у людей с ограниченными возможностями здоровья. Условия, обеспечивающие эффективность профилактических мероприятий у инвалидов.

Тема 14.3. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ ПРИ ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Основные положения теории рационального сбалансированного питания лиц с ограниченными возможностями здоровья. Особенности питания лиц, занимающихся адаптивной физической культурой. Гигиенические требования к качественному составу продуктов питания. Диетотерапия и витаминная обеспеченность организма инвалидов, «модные» диеты. Использование продуктов и пищевых веществ повышенной биологической ценности в спортивной практике людей с ограниченными возможностями физического здоровья.

Тема 14.4. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗАКАЛИВАНИЯ У ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Физиологический механизм, основные принципы, формы, средства и методы закаливания при занятиях адаптивной физической культурой. Использование положительного влияния почвы, воздушной и водной среды в

физкультурно-оздоровительной работе с инвалидами. Гигиенические основы закаливания организма лиц с ограниченными возможностями здоровья. Влияние атмосферного давления, влажности, скорости движения и температуры воздуха на состояние организма инвалидов.

Тема 14.5. ГИГИЕНА СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

Гигиенические требования к строительству и эксплуатации спортивных сооружений для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Классификация спортивных сооружений. Санитарно-гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям (спортзалы, катки, бассейны, лыжные и гребные базы, тир и др.). Гигиеническое значение и нормативы гигиенических требований к показателям микроклимата, освещенности и воздухообмена крытых спортивных сооружений для оздоровления и реабилитации инвалидов при занятиях адаптивной физической культурой.

Тема 14.6. ГИГИЕНА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

(семинар по темам 14.1–14.5)

Раздел 15. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 15.1. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ФУНКЦИИ И ПРИНЦИПЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Цель и задачи адаптивного физического воспитания (далее – АФВ) (общие: образовательная, развивающая, воспитательная; и специальные: коррекционная, компенсаторная, профилактическая). Классификация и характеристика функций АФВ: образовательная, развивающая, воспитательная, коррекционная, компенсаторная и профилактическая. Классификация и характеристика принципов АФВ: общеметодических (научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности и прочности) и специально-методических (диагностирования, коррекционно-развивающей, компенсаторной и профилактической направленности).

Тема 15.2. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Кодекс об образовании Республики Беларусь как один из основных нормативных документов, регламентирующих деятельность учреждений, осуществляющих воспитание и образование детей с нарушениями в развитии. Значение Законов Республики Беларусь «Об образовании», «О физической культуре и спорте», «О социальной защите инвалидов», «О предупреждении инвалидности и реабилитации инвалидов» для развития АФВ. Характеристика содержания документов «О специфике деятельности (коррекционных) образовательных учреждений I–VIII видов», «Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей».

Тема 15.3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ НА ЗАНЯТИЯХ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ДОШКОЛЬНЫХ И СРЕДНИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Понятие общей и моторной плотности занятия АФВ. Построение и оценка физиологической кривой пульса. Тесты для определения уровня развития двигательных способностей (выносливости, гибкости, скоростных и силовых способностей) у детей с нарушениями слуха, зрения, интеллекта, опорно-двигательного аппарата и имеющих висцеральные нарушения. Оценка основных двигательных навыков у занимающихся АФВ. Методика проведения тестов. Оценка и анализ результатов, их использование при организации проведения АФВ.

Тема 15.4. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ НА ЗАНЯТИЯХ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ДОШКОЛЬНЫХ И СРЕДНИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Организация диспансерного наблюдения лиц с особенностями психофизического развития (ОПФР) и детей-инвалидов. Необходимые данные анамнеза жизни и заболевания для организации занятий АФВ у лиц с ОПФР и детей-инвалидов. Методы изучения физического развития. Особенности измерения линейных показателей, объема движений в суставах, мышечной силы. Методы оценки физического развития у лиц с ОПФР и детей-инвалидов. Особенности изучения функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем у детей с нарушениями слуха, зрения, интеллекта, опорно-двигательного аппарата и имеющих висцеральные нарушения. Оценка и анализ результатов. Организация самоконтроля.

Тема 15.5. РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНЫМ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ В ДОШКОЛЬНЫХ И СРЕДНИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Понятие «реабилитационный потенциал». Методика оценки реабилитационного потенциала. Формирование групп для занятий АФВ на основе реабилитационного потенциала: характера и степени выраженности дефекта, характера течения основного и сопутствующих заболеваний, уровня физического развития и функционального состояния организма, физической подготовленности и моторной зрелости ребенка.

Тема 15.6. ОСНОВЫ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

(семинар по темам 15.1–15.5)

Раздел 16. ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 16.1. СРЕДСТВА И ФОРМЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Физическое упражнение – основное средство АФВ. Классификация средств. Особенности их подбора в зависимости от имеющегося основного дефекта. Основные противопоказания использования средств АФВ в зависимости от имеющегося нарушения (слуха, зрения, интеллекта, опорно-двигательного аппарата и висцеральных нарушений).

Формы АФВ: урочные и неурочные. Классификация и структура занятий урочного типа. Классификация занятий неурочного типа: утренняя гимнастика, вводная гимнастика, физкультурные паузы и «минутки», спортивные развлечения (игры, катания на коньках, велосипедах и т. п.), прогулки, туристские походы, соревнования. Структура занятий неурочного типа.

Тема 16.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Характеристика содержания разделов «Физическое воспитание» и «Физическое развитие и воспитание», являющихся составной частью следующих программ: «Программы воспитания и образования детей с нарушениями зрения», «Программы воспитания и образования детей с нарушением слуха для специальных дошкольных заведений» и «Программы воспитания и образования детей с тяжелыми нарушениями речи».

Тема 16.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Характеристика содержания разделов АФВ «Сборника программ для центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации» для 1 – 4-го и 5 – 9-го классов. Базовый и вариативный компоненты программы по АФВ для занимающихся в центрах коррекционно-развивающего обучения и реабилитации, их характеристика. Примерное распределение часов, содержание теоретического и практического разделов базового и вариативного компонентов программы. Средства по годам обучения с учетом показаний, ограничений и противопоказаний к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья занимающихся. Требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся, декларируемые базовым и вариативным компонентами программы по адаптивному физическому воспитанию.

Тема 16.4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

(семинар по темам 16.1–16.3)

Тема 16.5. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ

СЛУХА В ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Характеристика детей с нарушениями слуха (основной дефект и вторичные отклонения). Цель на занятиях по АФВ у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования. Особенности развития двигательных способностей и формирования двигательных умений и навыков у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по АФВ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по АФВ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы на занятиях по АФВ.

Тема 16.6. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Характеристика детей с нарушениями зрения (основной дефект и вторичные отклонения). Цель на занятиях по АФВ у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования. Особенности развития двигательных способностей и формирования двигательных умений и навыков у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по АФВ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по АФВ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы на занятиях по АФВ.

Тема 16.7. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА В ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Характеристика детей с нарушением интеллекта (основной дефект и вторичные отклонения). Цели и задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушением интеллекта в дошкольных и школьных учреждениях образования. Особенности развития двигательных способностей и формирования двигательных умений и навыков у детей с нарушением интеллекта в дошкольных и школьных учреждениях образования. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей с нарушением интеллекта в

дошкольных и школьных учреждениях образования, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по АФВ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по АФВ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы на занятиях по АФВ.

Тема 16.8. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (основной дефект и вторичные отклонения). Цель на занятиях по АФВ у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях образования. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях образования. Особенности развития двигательных способностей и формирования двигательных умений и навыков у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях образования. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по АФВ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по АФВ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы на занятиях по АФВ.

Тема 16.9. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ВИСЦЕРАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ, В ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Характеристика детей, имеющих висцеральные нарушения (основной дефект и вторичные отклонения). Цель на занятиях по АФВ у детей, имеющих висцеральные нарушения, в дошкольных и школьных учреждениях образования. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей, имеющих висцеральные нарушения, в дошкольных и школьных учреждениях образования. Особенности развития двигательных способностей и формирования двигательных умений и навыков у детей, имеющих висцеральные нарушения, в дошкольных и школьных учреждениях образования. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей, имеющих висцеральные нарушения в дошкольных и школьных учреждениях образования, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по АФВ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по

АФВ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы на занятиях по АФВ.

**Тема 16.10. ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ЗАНЯТИЙ ПО
АДАПТИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ
У ЗАНИМАЮЩИХСЯ С РАЗЛИЧНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ
ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

(семинар по темам 16.5–16.9)

Раздел 17. АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ И ТУРИЗМ

**Тема 17.1. АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ И ТУРИЗМ.
ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ФУНКЦИИ**

Понятия: «рекреация», «рекреационная деятельность», «рекреационные потребности», «туризм», «турист», «туристско-рекреационные ресурсы», «адаптивная двигательная рекреация» и другие. Актуальность, цели, задачи адаптивной двигательной рекреации. Виды рекреации и рекреационной деятельности. Функции адаптивной двигательной рекреации: оздоровительная, гедонистическая, развлекательная, интеграционная и др.

**Тема 17.2. ПРИРОДНЫЕ РЕКРЕАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ И ИХ
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В СФЕРЕ АДАПТИВНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ
РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА**

Основные составляющие туристско-рекреационных ресурсов. Природные рекреационные ресурсы (ландшафты, биоклимат, природные лечебные ресурсы), историко-культурный потенциал, туристская инфраструктура, рекреационная сеть, трудовые ресурсы. Роль рекреационных ресурсов в развитии туристской индустрии для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Степень изученности, принципы оценки, условия эксплуатации и охраны туристско-рекреационных ресурсов. Возможности и особенности использования рельефа местности, водных объектов для лечебно-оздоровительного отдыха и туризма лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта. Значение растительного покрова как рекреационного ресурса. Понятие об антропогенной рекреационной нагрузке на природные комплексы.

**Тема 17.3. ОСОБО ОХРАНЯЕМЫЕ ПРИРОДНЫЕ ТЕРРИТОРИИ.
БИОКЛИМАТ И ПРИРОДНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ**

Виды особо охраняемых природных территорий (заповедники, национальные парки, заказники, памятники природы) и разрешенная в них рекреационная деятельность. Крупнейшие биосферные заповедники и национальные парки мира. Основные особо охраняемые природные территории Республики Беларусь. Экологический туризм. Возможности и особенности рекреационной деятельности и экологического туризма лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта.

Тема 17.4. КУРОРТОЛОГИЯ И АДАПТИВНАЯ РЕКРЕАЦИЯ. ТИПЫ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ НА КУРОРТЕ

Определение понятия «курорт». Санатории, профилактории, пансионаты с лечением, водогрязелечебницы и др. Основные показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения инвалидов. Основные курорты Республики Беларусь. Климатолечение и климатопрофилактика. Климатические процедуры: аэротерапия, гелиотерапия, талассотерапия. Использование минеральных вод в санаторно-курортной практике. Бальнеотерапия. Грязелечение. Фитотерапия. Спелеотерапия.

Минеральные воды. Основные показатели минеральных вод: состав, минерализация, температурный режим. Характеристика наиболее распространенных типов минеральных вод. Минеральные воды Республики Беларусь. Лечебные грязи. Типы, свойства, география распространения лечебных грязей. Лечебные грязи Республики Беларусь. Уникальные природные лечебные ресурсы. Соляные шахты (спелеотерапия). Газообразный радон. Сухой воздух. Кумысолечение. Уникальные природные лечебные ресурсы Республики Беларусь и возможности их использования инвалидами различных категорий.

Тема 17.5. АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ В УСЛОВИЯХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ТУРИСТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Дома отдыха, пансионаты, турбазы, тургостиницы, круизные теплоходы, кемпинги, альпийские лагеря, детские оздоровительные и спортивные лагеря и др. Специализированные учреждения реабилитации инвалидов. Специализированные детские учреждения.

Тема 17.6. ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В ТУРИСТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНВАЛИДОВ

Понятия: «историко-культурный потенциал», «культурное наследие». Памятники археологии: курганы, селища, городища, наскальные рисунки, музейные экспозиции. Исторические города. Памятники культовой архитектуры различных конфессий: центры православной, католической, мусульманской, буддистской и других культур. Памятники светской и промышленной архитектуры. Мемориальные комплексы и сооружения. Этнографические комплексы и народные промыслы. Использование народных промыслов и ремесел в производстве сувениров. Научные музеи, уникальные технические сооружения и их использование для целей познавательного и научного туризма. Особенности организации экскурсионной и туристской деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья, связанной с историко-культурным потенциалом.

Тема 17.7. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ СОСТАВЛЯЮЩИХ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ

Понятие «туристская инфраструктура». Значение инфраструктуры как туристско-рекреационного ресурса. Музеи, концертные и выставочные залы, библиотеки, театры, клубы, центры досуга, спортивные сооружения и др. Транспортная обеспеченность. Ресторанно-гостиничная сеть. Торговля и бытовое обслуживание. Телекоммуникационное обеспечение. Система тепловодоэнергообеспечения. Основные требования к туристской инфраструктуре.

Особенности архитектурно-планировочной организации сооружений для инвалидов: требования к участку; планировочные решения зданий; кооперирование основных помещений и сооружений спортивного назначения. Основные элементы среды, зданий и сооружений. Здания и сооружения спортивного назначения для инвалидов: детские физкультурно-игровые сооружения; залы для физкультурно-оздоровительных занятий, бассейны, открытые плоскостные сооружения и др.

Тема 17.8. АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА ИНВАЛИДОВ

Гимнастика, плавание, коррекционно-развивающие игры, нетрадиционные оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями.

Организационные основы рекреационной и туристской деятельности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья по месту жительства (в физкультурно-оздоровительных центрах, клубах по спортивным интересам и в других учреждениях). Показания и противопоказания для занятий рекреационной и туристской деятельностью лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта. Основы врачебного, педагогического контроля и самоконтроля в процессе рекреационной и туристской деятельности инвалидов.

Тема 17.9. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕКРЕАЦИИ У ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

(семинар по темам 17.1–17.8)

Раздел 18. СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ АДАПТАЦИЯ ЧЕЛОВЕКА С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Тема 18.1. МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ САМООБСЛУЖИВАНИЮ И ХОЗЯЙСТВЕННО-БЫТОВОМУ ТРУДУ

Понятие «социально-бытовая адаптация». Организационные основы хозяйственно-бытового труда. Методика обучения восстановлению навыка письма. Методика обучения самостоятельной гигиене. Методика обучения одеванию, раздеванию. Методика обучения пользования бытовыми приборами. Методика обучения самостоятельному приему пищи. Методика обучения выполнению простейших видов домашних дел.

Тема 18.2. МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ СОЦИАЛЬНО-СРЕДОВОЙ АДАПТАЦИИ

Понятие «социально-средовая адаптация». Организационные основы социально-средовой адаптации. Методика обучения некоторым профессиональным навыкам. Методика обучения проведению досуга и отдыха (оригами, лепка, мозаика и др.). Методика обучения пользованию компьютером.

Тема 18.3. МЕТОДЫ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ (семинар по темам 18.1–18.2)

Раздел 19. КРЕАТИВНЫЕ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ПРАКТИКИ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Тема 19.1. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ФУНКЦИИ, ПРИНЦИПЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДИКА КРЕАТИВНЫХ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ПРАКТИК

Цель и задачи креативных телесно-ориентированных практик (КТОП). Функции (творческая, самовоспитания, развивающая, рекреативно-оздоровительная, ценностно-ориентационная, эстетическая, зрелищная, коммуникативная, гуманистическая), принципы (гуманистической направленности, приоритетной роли микросоциума, социализации, дифференциации и индивидуализации, учета возрастных особенностей, оптимальности и вариативности, профилактической направленности) КТОП у различных категорий инвалидов. Средства и методики креативных телесно-ориентированных практик.

Тема 19.2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ФУНКЦИИ, ПРИНЦИПЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДИКА ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Цель и задачи экстремальных видов двигательной активности. Принципы интеграции, приоритетности микросоциума, социализации, компенсаторности, дифференциации и индивидуализации, учета возрастных особенностей экстремальных видов двигательной активности. Особенности применения средств и методик экстремальных видов двигательной активности у различных категорий инвалидов. Средства и методики экстремальных видов двигательной активности.

Тема 19.3. МЕТОДИКИ КРЕАТИВНЫХ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ПРАКТИК И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У РАЗНЫХ КАТЕГОРИЙ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

(семинар по темам 18.1–18.2)

Раздел 20. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Тема 20.1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Содержание медицинской реабилитации. Современная концепция последствий болезни. Классификация нарушений, номенклатура нарушений, ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности. Цель, задачи, принципы, структура системы медицинской реабилитации и абилитации. Основные отличия реабилитации от лечения. Технология медицинской реабилитации.

Тема 20.2. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С ДВИГАТЕЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

Виды и причины нарушений опорно-двигательного аппарата. Общая характеристика и структура дефекта у лиц с разными формами детского церебрального паралича, поражениями головного и спинного мозга, повреждениями костей и суставов. Цели, задачи, технология медицинской реабилитации при детском церебральном параличе на разных этапах возрастного развития ребенка, при мозговых инсультах, при поражении спинного мозга, при повреждении костей и суставов.

Тема 20.3. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С УМСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

Причины интеллектуальных нарушений. Понятие «умственная отсталость», ее степени. Клинико-педагогическая классификация лиц с нарушениями интеллектуального развития. Особенности развития психомоторики у лиц с нарушениями интеллектуального развития. Цель, задачи медицинской реабилитации и абилитации лиц с умственными нарушениями.

Тема 20.4. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА И РЕЧИ

Причины нарушений слуха и речи. Клинико-педагогическая классификация лиц с недостатками слуха. Особенности психомоторного развития детей с нарушениями слуха и речи. Цель, задачи, технология медицинской реабилитации и абилитации детей с нарушениями слуха и речи на разных этапах возрастного развития.

Тема 20.5. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

Причины нарушений зрения. Классификация зрительных нарушений у лиц разного возраста. Общая характеристика и структура дефекта у лиц с нарушениями зрения. Цели, задачи, технология медицинской реабилитации и абилитации детей с нарушениями зрения на разных этапах возрастного развития.

Тема 20.6. МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С СОМАТИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ

Классификация висцеральных нарушений по характеру и степени выраженности. Общие недостатки развития детей, имеющих соматические врожденные и рано приобретенные нарушения. Краткая характеристика дефекта при кардиореспираторных нарушениях, нарушениях органов пищеварения,

почек и мочевыводящих путей, крови и иммунной системы, эндокринных органов. Цель, задачи, направленность реабилитационных воздействий у лиц с висцеральными нарушениями.

Раздел 21. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Тема 21.1. СИСТЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Понятие «профессиональная реабилитация». Цели, задачи, структура системы профессиональной реабилитации в Республике Беларусь. Профессиональное консультирование детей и взрослых.

Тема 21.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Документы, регламентирующие профессиональную реабилитацию. Профессиональное образование, профподготовка и переподготовка инвалидов. Профессиональная адаптация инвалидов.

Тема 21.3. ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИХ УЧИЛИЩАХ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Перечень профессий, показанных для обучения лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности. Особенности профессионального обучения инвалидов и детей с особенностями психофизического развития. Формы профессионального обучения. Требования к трудоустройству инвалидов.

Раздел 22. СОЦИАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Тема 22.1. ЗАКОНОДАТЕЛЬНАЯ БАЗА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ИНВАЛИДНОСТИ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЕ ИНВАЛИДОВ

Основы правового положения инвалидов. Виды социальной помощи инвалидам. Обеспечение инвалидам условий для получения образования и профессиональной подготовки. Трудоустройство инвалидов. Условия труда и отдыха инвалидов. Права и обязанности нанимателей, использующих труд инвалидов. Экспертиза профессиональной пригодности инвалидов.

Нормативные документы, регламентирующие принципы и этапы медицинской, социальной и профессиональной реабилитации. Типы реабилитационных учреждений. Условия достижения реабилитационного эффекта. Роль реабилитационного потенциала в предупреждении инвалидности.

Понятие безбарьерной среды для инвалидов. Перспективы развития различных направлений деятельности работы реабилитационных служб. Первичная, вторичная и третичная профилактика дефектов здоровья. Предоставление льгот для различных категорий инвалидов.

Тема 22.2. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНВАЛИДНОСТИ ВЗРОСЛЫХ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОЛА, ВОЗРАСТА И РЕГИОНА ПРОЖИВАНИЯ

Структура первичной инвалидности взрослых; влияние пола, возраста, региона проживания на ее формирование. Категории инвалидов с детства. Основные причины инвалидности (психические расстройства, заболевания нервной системы и органов чувств, врожденные аномалии, последствия травм и отравлений). Влияние причин и тяжести инвалидности на характер и размер социальной помощи инвалидам.

Роль различных заболеваний в формировании первичной детской инвалидности (болезни нервной системы и органов чувств, врожденные аномалии, психические расстройства, новообразования и эндокринные заболевания). Перспективные направления в работе детских специальных учреждений. Интегрированное обучение. Виды интеграции (интернальная, экстернальная). Условия успешной интеграции детей-инвалидов в школах массового типа. Профилактика детской инвалидности, ее уровни.

Тема 22.3. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

(семинар по темам 20.1–20.6, 21.1–21.3, 22.1–22.2)

Раздел 23. АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

Тема 23.1. АДАПТИВНЫЙ СПОРТ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: ПОНЯТИЯ, ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, ФУНКЦИИ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

Адаптивный спорт как компонент адаптивной физической культуры. Определение, сущность, направления. Цель, содержание и задачи адаптивного спорта. Функции адаптивного спорта (педагогические, социальные). Связь адаптивного спорта с другими дисциплинами: теорией спорта, реабилитологией, специальной педагогикой, специальной психологией. Проблемы адаптивного спорта в современном обществе и пути их решения.

Тема 23.2. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОГО СПОРТА. СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПАРАЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Этапы развития адаптивного спорта. Роль адаптивной физкультуры в развитии адаптивного спорта среди лиц с ограниченными возможностями здоровья. Этапы развития адаптивного спорта для лиц с поражением зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата. Паралимпийское движение. Выдающиеся спортсмены-паралимпийцы Беларуси.

Тема 23.3. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА АДАПТИВНОГО СПОРТА. СПОРТИВНЫЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ И ОБЪЕДИНЕНИЯ ИНВАЛИДОВ

Статьи, регламентирующие спортивно-физкультурную деятельность в Конституции Республики Беларусь, в законах о социальной защите инвалидов, о

физической культуре и спорте. Единая республиканская спортивная классификация. Единый календарный план республиканских и международных спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий (соревнования среди инвалидов). Положения о соревнованиях среди инвалидов.

Тема 23.4. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И МЕДИКО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Специальные требования, предъявляемые к местам проведения спортивно-массовых мероприятий среди инвалидов различных категорий. Обеспечение безопасности инвалидов на соревнованиях по различным видам спорта. Обеспечение информацией на соревнованиях лиц с нарушениями слуха и зрения. Медицинское обеспечение тренировочного процесса и соревнований инвалидов. Роль восстановительных мероприятий в адаптивно-спортивной подготовке.

Тема 23.5. СПОРТИВНО-МЕДИЦИНСКАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ИНВАЛИДОВ

Функциональная спортивно-медицинская классификация и ее роль в развитии адаптивного спорта. Спортивно-медицинская классификация у инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата (с ампутациями конечностей, заболеваниями и травмами спинного мозга, детским церебральным параличом), с нарушениями зрения, с нарушениями слуха. Принципы спортивно-медицинской классификации у лиц с нарушениями интеллекта в системе Специального олимпийского движения. Отличия спортивно-медицинской классификации в различных видах спорта. Роль спортивно-медицинской классификации в индивидуализации и дифференциации тренировочного процесса.

Тема 23.6. БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ С ИНВАЛИДАМИ

Требования к местам проведения спортивных мероприятий. Требования к одежде спортсменов-инвалидов при занятиях адаптивным спортом. Допуск к спортивным соревнованиям лиц с ограниченными возможностями здоровья. Обеспечение безопасности на соревнованиях среди инвалидов с различными нарушениями. Методика информационного обеспечения на спортивных соревнованиях среди инвалидов.

Тема 23.7. ДОПИНГ-КОНТРОЛЬ В МЕДИЦИНСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ

Понятие о допинге. Система работы антидопингового контроля. Средства, методы допингового контроля. Применение допинг-контроля в системе медицинского обеспечения соревнований. Развитие и организация допинг-контроля. Процедура аккредитации антидопинговой лаборатории.

Тема 23.8. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОГО СПОРТА

(семинар по темам 22.1–22.7)

Тема 23.9. СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА АДАПТИВНО-СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Общие и специфические задачи адаптивно-спортивной тренировки. Особенности методики адаптивно-спортивной тренировки. Классификация средств, применяемых в адаптивном спорте. Использование средств медицинской и психологической реабилитации для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов.

Тема 23.10. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ОБЩЕПЕДАГОГИЧЕСКИХ И СПЕЦИФИЧЕСКИХ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Классификация методов, применяемых в адаптивном спорте. Особенности применения методов наглядности и речевого воздействия у лиц с нарушениями сенсорных систем. Специфические средства и методы обучения двигательным действиям в адаптивном спорте. Специфика средств и методов обучения и воспитания лиц с нарушениями интеллекта. Индивидуализация подбора методов тренировки в адаптивном спорте.

Тема 23.11. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-ИНВАЛИДОВ

Основные факторы социализации и направленного формирования личности спортсменов-инвалидов. Специальная психическая подготовка спортсменов-инвалидов. Характеристика психологических проблем у инвалидов. Психологическое тестирование в адаптивном спорте. Проблемы привлечения инвалидов с различными нарушениями к занятиям адаптивным спортом. Актуальность психологической подготовки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства, методы и методические приемы психологической подготовки спортсменов-инвалидов.

Тема 23.12. ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА У ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Общая и специальная физическая подготовка. Коррекционно-компенсаторная направленность тренировки спортсменов-инвалидов. Особенности применения различных видов физической подготовки и корригирующих упражнений в микро-, мезо- и макроциклах. Особенности методики развития физических способностей у инвалидов. Соотношения видов подготовки на различных этапах многолетней тренировки спортсменов-инвалидов.

Тема 23.13. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Индивидуализация процесса технической подготовки в адаптивном спорте. Использование технических средств в обучении двигательным

действиям инвалидов с различными нарушениями. Классификация приемов физической помощи и страховки. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте. Специфика оценки технической подготовленности у спортсменов-инвалидов. Основы тактической подготовки в адаптивном спорте.

Тема 23.14. ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У СПОРТСМЕНОВ-ИНВАЛИДОВ

Освоение новых технических элементов в адаптивном спорте. Физическая помощь и страховка, Методика формирования двигательных действий с заданным результатом. Методика организации и проведение занятия по обучению спортсмена-инвалида двигательному действию. Составление плана-конспекта занятия. Анализ урока.

Тема 23.15. ОСОБЕННОСТИ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Использование средств медицинской и психологической реабилитации для восстановления работоспособности спортсменов-инвалидов.

Специфические средства и методы обучения двигательным действиям в адаптивном спорте. Специфика средств и методов обучения и воспитания лиц с нарушениями интеллекта. Актуальность психологической подготовки у лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Особенности применения различных видов физической подготовки и корригирующих упражнений в микро-, мезо- и макроциклах.

Тема 23.16. ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНО-СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ИНВАЛИДОВ С РАЗЛИЧНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

Характеристика основного дефекта, вторичных отклонений у инвалидов с различными нарушениями. Особенности подбора упражнений. Дозирование нагрузок в адаптивно-спортивной тренировке при различных видах патологии. Нормативные требования и спортивные разряды. Единая республиканская классификация. Показания и противопоказания для занятий адаптивным спортом для лиц с различными нарушениями в состоянии здоровья.

Тема 23.17. ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНО-СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Особенности цели и задач спортивной подготовки лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Характеристика основного дефекта, вторичных отклонений у лиц, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: с ампутационными поражениями, врожденными недоразвитиями конечностей, травмами, заболеваниями спинного мозга (включая последствия полиомиелита) и с последствиями детского церебрального паралича. Особенности подбора упражнений, определение группы корригирующих упражнений. Особенности дозирования нагрузок при данной патологии.

Тема 23.18. ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНО-СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА И ЗРЕНИЯ

Особенности целей и задач адаптивно-спортивной подготовки лиц с нарушениями слуха и зрения. Характеристика основного дефекта и вторичных физических и психических отклонений лиц с поражением слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших) и с нарушениями зрения (слепых, слабовидящих). Особенности применения методов передачи информации, обучения двигательным действиям, методов наглядности у лиц с нарушениями зрения и слуха. Распределение на подгруппы занимающихся в зависимости от их физического состояния. Методы развития координационных способностей для лиц с нарушениями слуха и зрения, особенности их тестирования. Противопоказания и особенности дозирования нагрузок.

Тема 23.19. ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНО-СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

Особенности целей и задач адаптивно-спортивной подготовки лиц с нарушениями интеллекта. Отличительные особенности целей и задач адаптивно-спортивной подготовки лиц с нарушениями интеллекта. Характеристика основного дефекта и вторичных отклонений лиц с различными нарушениями в интеллектуальной сфере. Влияние циклических упражнений на нервно-психическое состояние спортсменов-инвалидов. Группы корригирующих упражнений. Воспитание самостоятельности у лиц с нарушениями интеллекта. Противопоказания и особенности дозирования нагрузок.

Тема 23.20. ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Специфика построения спортивной тренировки. Характеристика структуры малых, средних и многомесячных циклов тренировки. Особенности перспективного, этапного и краткосрочного планирования. Особенности тренировки в различные периоды макроцикла. Соответствие тренировочных периодов календарю соревнований. Последовательные стадии управления развитием оптимальной спортивной формы.

Тема 23.21. КОНТРОЛЬ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ. ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Виды контроля в адаптивном спорте: медицинский, педагогический, самоконтроль. Применение психодиагностических методик в адаптивном спорте (основные направления). Отбор в адаптивном спорте. Специфика оперативного, текущего, этапного контроля. Тестирующие упражнения для оценки физической подготовленности у спортсменов-инвалидов разных категорий в зависимости от направленности тренировочного процесса.

Тема 23.22. СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ, ЕЕ СПЕЦИФИКА В СИСТЕМЕ «SPECIAL OLYMPIC»

Развитие Специального олимпийского движения в мире. основополагающие установки Специального олимпийского движения. Летние и зимние виды спорта в Специальной Олимпиаде. Запрещенные виды спорта в Специальном олимпийском движении. Порядок разделения на дивизионы в

индивидуальных и командных видах спорта. Обязанности участника, тренера, менеджера соревнований по программе Специальной Олимпиады. Программа «Специальная Олимпиада приСОЕдиняйтесь!»

Тема 23.23. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ С ИНВАЛИДАМИ, ИМЕЮЩИМИ РАЗЛИЧНЫЕ НАРУШЕНИЯ

Особенности организации и проведения соревнований среди лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха, интеллекта. Характеристика групп видов спорта, которые требуют и не требуют изменения мест и правил проведения соревнований. Влияние развития технических средств на состояние адаптивного спорта. Календарь соревнований, правила соревнований по видам спорта. Особенности организации и проведения соревнований у различных категорий инвалидов.

Тема 23.24. АДАПТИВНЫЙ СПОРТ У РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ ИНВАЛИДОВ

(семинар по темам 23.9–23.23)

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Принципы адаптивной физической культуры.
2. Понятие инвалидности.
3. Понятие о реабилитологии как науке и учебной дисциплине.
4. Задачи адаптивной физической культуры. Классификация и характеристика средств адаптивной физической культуры.
5. Дозированная ходьба и дозированное восхождение (терренкур) в адаптивной физической культуре.
6. Ближний туризм для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
7. Оздоровительная аэробика для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
8. Плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
9. Спортивно-прикладные упражнения у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
10. Методы формирования знаний и воспитания личности.
11. Методы обучения двигательным действиям.
12. Методы направленного развития двигательных способностей.
13. Методы организации занимающихся адаптивной физической культурой.
14. Влияние двигательной активности на строение и рост длинных трубчатых костей.
15. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба.
16. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки.
17. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях верхних конечностей.
18. Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях нижних конечностей.
19. Формы организации занятий адаптивной физической культурой.
20. Теоретические концепции обучения и совершенствования двигательных действий в адаптивной физической культуре.
21. Применение тренажеров в адаптивной физической культуре.
22. Обучение и совершенствование двигательных действий с помощью тренажеров.
23. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям.
24. Основные закономерности развития двигательных способностей.
25. Направленное развитие гибкости в адаптивной физической культуре.
26. Направленное развитие силовых способностей в адаптивной физической культуре.
27. Направленное развитие координационных способностей в адаптивной физической культуре.

28. Направленное развитие выносливости в адаптивной физической культуре.
29. Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений с предметами.
30. Составление и проведение комплексов упражнений на расслабление и на растягивание.
31. Составление и проведение комплексов идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений.
32. Составление и проведение комплексов корригирующих упражнений.
33. Составление и проведение комплексов упражнений на координацию и тренировку вестибулярного аппарата.
34. Составление и проведение комплексов статических упражнений и упражнений с сопротивлением.
35. Составление и проведение комплексов статических и динамических дыхательных упражнений.
36. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с двигательными нарушениями.
37. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с умственными нарушениями.
38. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями слуха и речи.
39. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с нарушениями зрения.
40. Медицинская реабилитация и абилитация лиц с соматическими нарушениями.
41. Физическая реабилитация в системе медицинской реабилитации.
42. Психологическая реабилитация как составной элемент реабилитационного процесса.
43. Содержание профессиональной реабилитации.
44. Особенности профессионального обучения в профессионально-технических училищах инвалидов и лиц с нарушением психофизического развития.
45. Закон Республики Беларусь по предупреждению инвалидности и реабилитации инвалидов. Закон Республики Беларусь о социальной защите инвалидов.
46. Особенности формирования инвалидности взрослых в зависимости от пола, возраста и региона проживания.
47. Проблемы детской инвалидности. Влияние чрезвычайных ситуаций на формирование инвалидности.
48. Измерение линейных размеров тела.
49. Измерение объема движений в суставах.
50. Исследование мышечной силы.
51. Методы оценки физического развития инвалидов.
52. Функциональное обследование различных систем организма инвалидов.
53. Особенности врачебного контроля инвалидов, перенесших ампутацию конечностей.

54. Особенности врачебного контроля инвалидов с детским церебральным параличом, с поражением центральной нервной системы, с нарушениями интеллекта.

55. Особенности врачебного контроля на занятиях адаптивной физической культурой инвалидов с нарушениями зрения и слуха.

56. Ограничительный режим и профилактические мероприятия у лиц, занимающихся адаптивной физической культурой.

57. Гигиенические аспекты закаливания у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

58. Гигиена спортивных сооружений для инвалидов.

59. Структура и содержание дипломной работы.

60. Организация педагогического исследования. Обработка материалов научной и методической деятельности.

61. Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде.

62. Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов работы в практику.

63. Тренажеры, их классификация. Способы воздействия тренажеров на спортсмен-инвалидов.

64. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с дефектами верхних конечностей.

65. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов при нарушении движения различного генеза.

66. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями слуха или зрения.

67. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями интеллекта.

68. Педагогический контроль на занятиях по адаптивному физическому воспитанию в дошкольных и средних учебных заведениях.

69. Врачебный контроль на занятиях по адаптивному физическому воспитанию в дошкольных и средних учебных заведениях.

70. Реабилитационный потенциал занимающихся адаптивным физическим воспитанием в дошкольных и средних учебных заведениях.

71. Содержание программ по адаптивному физическому воспитанию для занимающихся дошкольного возраста с различными особенностями психофизического развития.

72. Содержание программ по адаптивному физическому воспитанию для занимающихся школьного возраста с различными особенностями психофизического развития.

73. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях.

74. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях.

75. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушением интеллекта в дошкольных и школьных учреждениях.

76. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях.

77. Методика занятий по адаптивному физическому воспитанию с детьми, имеющими висцеральные нарушения, в дошкольных и школьных учреждениях.

78. Природные рекреационные ресурсы и их использование в сфере адаптивной двигательной рекреации и туризма.

79. Курортология и адаптивная рекреация. Типы лечебно-профилактических учреждений на курорте.

80. Использование природных лечебных ресурсов в санаторно-курортной практике инвалидов.

81. Адаптивная двигательная рекреация в условиях оздоровительных и туристических учреждений.

82. Историко-культурный потенциал и его использование в туристической деятельности инвалидов.

83. Общая характеристика основных составляющих туристической инфраструктуры.

84. Адаптивная двигательная рекреация по месту жительства инвалидов.

85. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика креативных телесно-ориентированных практик.

86. Цель, задачи, функции, принципы, средства и методика экстремальных видов двигательной активности.

87. Нормативно-правовая база адаптивного спорта. Спортивные общественные движения и объединения инвалидов.

88. Медицинское обеспечение и медико-реабилитационные аспекты в адаптивном спорте.

89. Спортивно-медицинская классификация инвалидов.

90. Безопасность при проведении спортивных мероприятий с инвалидами.

91. Допинг-контроль в медицинском обеспечении соревнований.

92. Содержание и методика адаптивно-спортивной тренировки.

93. Методические особенности применения общепедагогических и специфических средств и методов в адаптивном спорте.

94. Формирование личностных качеств и специальная психическая подготовка спортсменов-инвалидов.

95. Общая и специальная физическая подготовка у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

96. Техничко-тактическая подготовка. Особенности обучения технике в адаптивном спорте.

97. Проблемы формирования двигательных навыков у спортсменов-инвалидов.

98. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

99. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями слуха и зрения.

100. Особенности адаптивно-спортивной тренировки лиц с нарушениями интеллекта.

101. Планирование тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивном спорте.

102. Контроль в адаптивном спорте. Оптимизация процесса спортивной подготовки в адаптивном спорте.

103. Соревновательная деятельность в адаптивном спорте, ее специфика в системе «Special Olympic».

104. Особенности организации и проведения соревнований с инвалидами, имеющими различные нарушения.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Теоретические основы адаптивной физической культуры.
2. Общие вопросы реабилитологии как науки и учебной дисциплины.
3. Средства адаптивной физической культуры.
4. Особенности методов в адаптивной физической культуре.
5. Основные принципы динамической анатомии.
6. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
7. Развитие двигательных способностей в адаптивной физической культуре.
8. Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений на занятиях адаптивной физической культурой
9. Общие вопросы медицинской реабилитации.
10. Основы профессиональной и социальной реабилитации.
11. Методы изучения физического развития инвалидов различных категорий в адаптивной физической культуре.
12. Особенности врачебного контроля за инвалидами различных категорий.
13. Гигиена физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья.
14. Подготовка и порядок защиты дипломных работ.
15. Технические средства при занятиях адаптивной физической культурой.
16. Основы врачебно-педагогического контроля в адаптивном физическом воспитании.
17. Особенности организации занятий по адаптивному физическому воспитанию.
18. Особенности методики занятий по адаптивному физическому воспитанию у занимающихся с различными особенностями психофизического развития.
19. Природные рекреационные ресурсы в адаптивной физической культуре.
20. Особенности организации двигательной рекреации у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
21. Методики креативных телесно-ориентированных практик и экстремальных видов двигательной активности у разных категорий детей с ограниченными возможностями.
22. Теоретические и медико-биологические основы адаптивного спорта.
23. Особенности медико-педагогического обеспечения в адаптивном спорте.
24. Адаптивный спорт у различных категорий инвалидов.

Курсовая работа является одной из форм учебно-познавательной и научной деятельности студента.

Целью написания курсовой работы является углубленное изучение отдельных тем дисциплины «Теории и организации адаптивной физической культуры».

В курсовой работе раскрывается актуальность темы исследования, формулируются цель и задачи, описываются методы и организация работы, приводится разработанная коррекционно-восстановительная или коррекционно-развивающая программа. Оценка эффективности исследования производится путем анализа результатов и сравнения показателей контрольной и экспериментальной групп.

Конечная цель курсовой работы – обучить студента применять средства и формы адаптивной физической культуры в восстановительных программах с учетом индивидуальных особенностей больных и имеющих у них соматических заболеваний; овладеть исследовательскими приемами и сформировать навыки получения и накопления знаний. Общий объем курсовой работы должен составлять не менее чем 35–40 страниц.

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Развитие координационных способностей у школьников 10 – 11 лет с нарушением зрения.
2. Развитие равновесия у детей 9 – 10 лет с нарушением слуха.
3. Развитие координационных способностей у детей 9 – 10 лет с НСТ III – IV степени с помощью подвижных игр.
4. Развитие координационных способностей у детей 5 – 6 лет с миопией II степени средствами игротерапии.
5. Развитие статической силовой выносливости у детей 5 – 6 лет миопией II степени.
6. Применение «сухого бассейна» на занятиях по АФК для развития скоростно-силовых качеств у детей с ДЦП.
7. Развитие координационных способностей у лиц с ДЦП с помощью креативных телесно-ориентированных практик.
8. Развитие скоростных способностей у детей 6 – 8 лет с умственной отсталостью с помощью подвижных игр.
9. Развитие навыков самообслуживания у детей с ДЦП дошкольного возраста.
10. Развитие координационных способностей у детей 6 – 7 лет с нейросенсорной тугоухостью.
11. Развитие мелкой моторики у детей 6 – 7 лет с интеллектуальной недостаточностью I степени средствами КТОП.
12. Развитие навыков ходьбы и бега у дошкольников с умственной отсталостью I степени.
13. Развитие координационных способностей у детей 8 – 9 лет с нарушением слуха.
14. Развитие мелкой моторики у детей 5 – 6 лет с нарушениями речи.
15. Развитие ориентации в пространстве у детей 6 – 7 лет с интеллектуальной недостаточностью легкой степени.

16. Развитие мелкой моторики у детей 4 – 5 лет с нарушениями речи средствами адаптивной физической культуры.
17. Развитие силовой выносливости у детей 5 – 6 лет с интеллектуальной недостаточностью игровым методом.
18. Развитие мелкой моторики у детей 10 – 12 лет с ДЦП средствами адаптивной физической культуры.
19. Развитие координационных способностей у детей 5 – 7 лет с нарушениями речи средствами КТОП.
20. Развитие точности движений у детей младшего школьного возраста с нарушением зрения.
21. Развитие силовых качеств у детей с интеллектуальной недостаточностью.
22. Развитие параметров ходьбы у слабовидящих детей 4 – 6 лет.
23. Развитие физических качеств у лиц с патологией ОДА средствами АФК.
24. Развитие координационных способностей у детей младшего школьного возраста с ДЦП средствами АФК.
25. Коррекция двигательно-координационных способностей у детей 7 – 10 лет с ДЦП средствами АФК.
26. Развитие скоростно-силовых качеств у детей 8 – 9 лет с нейросенсорной тугоухостью средствами АФК.
27. Развитие мелкой моторики у детей 5 – 6 лет с общим недоразвитием речи средствами креативно телесно ориентированных практик.
28. Программа коррекции двигательных действий у детей с ДЦП младшего школьного возраста средствами АФК.
29. Развитие равновесия у детей с нарушениями слуха 10 лет средствами АФК.
30. Развитие координационных способностей у детей 9 – 10 лет с нарушением слуха средствами креативно-телесных практик.
31. Развитие скоростных способностей у детей 11 – 13 лет с легкой степенью умственной отсталости.
32. Развитие мелкой моторики рук у детей младшего школьного возраста с ДЦП средствами адаптивной физической культуры.
33. Коррекция мелкой моторики у детей с ДЦП младшего школьного возраста (10 – 11 лет).
34. Развитие пространственной ориентации у детей 5 – 6 лет с нейросенсорной тугоухостью II-й степени средствами АФК.
35. Развитие мелкой моторики у детей 4 – 6 лет с интеллектуальной недостаточностью II степени средствами АФК.
36. Развитие скоростных способностей у детей 5 – 6 лет с миопией II степени.
37. Игровой метод в развитии выносливости детей – инвалидов 9 – 10 лет с бронхиальной астмой.
38. Коррекция координации движения и способности к равновесию у детей 8 – 12 лет с атонически-астатической формой ДЦП средствами АФК и массажа.
39. Развитие мелкой моторики у детей дошкольного возраста с нейросенсорной тугоухостью средствами адаптивной двигательной рекреации
40. Развитие гибкости у детей 6 – 7 лет с интеллектуальной недостаточностью II степени средствами АФК.
41. Развитие пространственной ориентации у детей 6 – 7 лет со зрительной депривацией средствами АФК.

42. Развитие физических качеств у детей с ДЦП с преимущественным использованием средств гимнастики.
43. Развитие координационных способностей у детей с нарушением слуха.
44. Коррекция двигательных-координационных способностей у детей 7 – 10 лет с ДЦП средствами АФК.
45. Развитие скоростно-силовых способностей детей 8 – 9 лет с нейросенсорной тугоухостью.
46. Развитие мелкой моторики у детей дошкольного возраста с нейросенсорной тугоухостью средствами адаптивной двигательной рекреации.
47. Развитие мелкой моторики у детей 5 – 6 лет с общим недоразвитием речи средствами КТОП.
48. Развитие и коррекция двигательных действий у детей младшего школьного возраста с ДЦП с применением игрового метода.
49. Развитие координационных способностей у детей 9 – 10 лет с нарушением слуха.
50. Развитие двигательных способностей у детей 11 – 13 лет с легкой степенью умственной отсталости.
51. Развитие мелкой моторики рук у детей младшего школьного возраста с ДЦП средствами адаптивной физической культуры.
52. Развитие пространственной ориентации у детей 4 – 6 лет с нарушением зрения средствами адаптивной физической культуры.
53. Развитие пространственной ориентации у детей 5 – 6 лет с нейросенсорной тугоухостью II-ой степени средствами АФК.
54. Развитие мелкой моторики у детей 4 – 5 лет с интеллектуальной недостаточностью II степени.
55. Развитие скоростных способностей у детей 5 – 6 лет с миопией II-ой степени.
56. Коррекция функционального состояния детей-инвалидов 9–10 лет с бронхиальной астмой игровым методом.
57. Развитие гибкости у детей 6 – 7 лет с интеллектуальной недостаточностью II-ой степени средствами АФК.
58. Развитие координационных способностей у детей 6 – 7 лет со зрительной депривацией.
59. Развитие координационных способностей у детей с ДЦП легкой степени.
60. Развитие равновесия у слабовидящих детей младшего школьного возраста.
61. Обобщение опыта и перспективы развития паралимпийского спорта в Республики Беларусь.
62. Развитие мелкой моторики у лиц с геморрагическим инсультом.
63. Коррекция способности равновесия у детей 7 – 10 лет с интеллектуальной недостаточностью.
64. Развитие пространственной ориентации у детей 5 – 6 лет с нарушением зрения.
65. Развитие координационных способностей и пространственной ориентации у детей – дошкольников лет с миопией II – III степени.
66. Развитие мелкой моторики у детей с умственной отсталостью в возрасте 4 – 5 лет.

67. Развитие мелкой моторики у детей с нарушениями зрения в возрасте 5 – 6 лет.
68. Развитие гибкости у детей с интеллектуальной недостаточностью.

ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Для диагностики сформированности знаний студентов используются следующие основные средства:

- критериально-ориентировочные тесты оценки теоретико-методологического уровня подготовки;
- устный опрос;
- письменный опрос;
- шаблонный тест-контроль;
- написание реферата;
- защита курсовой работы;
- зачет;
- экзамен.

Обязательным условием допуска студента к зачету и экзамену является:

- освоение теоретических разделов программы по семестрам и курсам обучения;
- регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая необходимый уровень знаний;
- формирование умений и навыков в профессионально-прикладной деятельности.

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов включает:

1. Изучение научной литературы по вопросам особенностей функционального контроля, сочетания физиологических показателей с целью дозирования физической нагрузки на занятиях адаптивной физической культурой.
2. Изучение научной литературы по вопросам оценки эффективности занятий адаптивной физической культурой.
3. Изучение научной литературы по вопросам тренировки оптимального двигательного стереотипа различных положений и движений.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**ОСНОВНАЯ**

1. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. Том 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физкультуры / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
2. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. Том 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.
3. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Т.М.Бегидова. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
4. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов: учебное пособие / В.А. Лисовский и [др.], под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 320 с.
5. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.
6. Курдыбайло, С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова, под ред. С.Ф. Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2003. – 184 с.
7. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Сусяев, под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2007. – 308 с.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие / О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
9. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Академия, 2008. – 272 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

10. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.
11. Веневцев, С.И. Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами АФК / С.И. Веневцев, А.А. Дмитриев. – М.: Советский спорт, 2004. – 104 с.
12. Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: учебное пособие / Н.Л. Литош. – М.: Спорт-Академ-Пресс, 2002. – 140 с.
13. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата / под ред. Н.А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2005. – 235 с.