

«УЛЬЯНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ МЕДИЦИНЫ ЭКОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Методические указания
по теории и организации адаптивной
физической культуре
для самостоятельной работы студентов

- *специальность*

49.02.02 Адаптивная физическая культура

- *автор* – Бахитова А.Р.

- *рассмотрено и одобрено на заседании ПЦК*

Протокол № 1 от 30.08.2018г

Председатель ПЦК  Мушарапова Р.Б.

- *утверждено на заседании Методсовета МК УлГУ*

Протокол № 1 от 16.08.2018г

Председатель  Шевчук М.Т.

СОДЕРЖАНИЕ

Область применения

Методические указания предназначены для организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ являющейся частью образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена по специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Цели и задачи, требования к результатам освоения дисциплины (что должен уметь, знать)

Целью изучения дисциплины «ОП.09. Теория и организация адаптивной физической культуры» является освоение знаний в области понятий и ценностей физкультурного образования, методических основ проведения физических упражнений с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Задачи изучения дисциплины

- сформулировать у студентов профессиональное мировоззрение, интерес и познавательную активность к проблемам адаптивной физической культуры, основанные на личностно-ориентированной аксиологической концепции отношения к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья;
- обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний теории и организации адаптивной физической культуры, целостное осмысление профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики;
- сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, приобщить их к научно исследовательской работе, обеспечить освоение ими опыта творческой деятельности;
- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессии;

Требования к результатам освоения дисциплины:

Студент должен уметь:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития АФК и адаптивного спорта;
- правильно использовать терминологию в области АФК и адаптивного спорта;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм адаптивного физического воспитания;

Студент должен знать:

- основные понятия и термины адаптивной физической культуры (АФК);
- историю АФК;
- виды АФК;
- функции АФК;
- принципы АФК;
- образовательное, научно-правовое и информационное пространство АФК в Российской Федерации;

- организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования;
- материально-техническое обеспечение АФК и адаптивного спорта (АС);
- государственные и общественные организации, занимающиеся проблемами инвалидов и лицами с отклонениями в состоянии здоровья;

Тематический план

Наименование разделов и тем	Максимальная	Кол-во аудиторных часов			Самостоятельная работа
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Введение в специальность					
Цель адаптивной физической культуры, ее содержание, место в системе знаний о человеке	6	4	2		2
Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука	6	4	2		2
Основные компоненты АФК	6	4	2		2
Опорные концепции АФК	8	6	4		2
Раздел 2. Методологические аспекты АФК					
Функции адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта	8	4	4		4
Функции адаптивной физической рекреации и физической реабилитации	8	4	4		4
Принципы адаптивной физической культуры	8	4	4		4
Средства АФК	8	4	4		4
Раздел 3. История адаптивной физической культуры					
Развитие АФК за рубежом	4	2	2		2
История Паралимпийского движения в мировой практике	4	2	2		2
История развития АФК в нашей стране	4	2	2		2
История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха	4	2	2		2
История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения	4	2	2		2
История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта	4	2	2		2
Раздел 4. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе					
Организация адаптивного спорта	4	2	2		2
Организация адаптивной двигательной рекреации	4	2	2		2
Организация физической реабилитации	4	2	2		2
Организация креативных и экстремальных видов двигательной активности	4	2	2		2
Раздел 5. Адаптивное физическое воспитание					
Значение, задачи и организация работы по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп	10	8	4	4	2
Учебная работа по физическому воспитанию в специальных медицинских группах	10	8	4	4	2
Методика обследования и врачебно-педагогических наблюдений в АФК	10	8	4	4	2

Особенности методики занятий оздоровительной физической культурой, обусловленные клиническим диагнозом ослабленных детей	10	8	4	4	2
Физическая культура в специальном образовании	10	8	4	4	2
Методические основы содержания и организация занятий ФК учащихся специальных школ	10	8	4	4	2
Раздел 6. Адаптивный спорт					
Классификация основных направлений развития АС.	5	4	4		1
Паралимпийское движение.	3	2	2		1
Специальное олимпийское движение	5	4	4		1
Программа «Объединенный спорт». Программа «Специальная олимпиада - при-СОединяйтесь!». Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями	3	2	2		1
Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	4	4	4		
Раздел 7. Адаптивная двигательная рекреация					
Цели, задачи, принципы, функции адаптивной двигательной рекреации	3	2	2		1
Методики некоторых видов адаптивной двигательной рекреации	9	8	4	4	1
Виды АДР, основанные на взаимодействии человека с животными;	2	2		2	
ИТОГО:	186	124	94	30	62

Содержание дисциплины

Раздел 1. Введение в специальность		
Тема 1.1 Цель адаптивной физической культуры, ее содержание, место в системе знаний о человеке	Содержание учебного материала Понятия культура, физическая культура, адаптивная физическая культура (АФК). Цели, задачи, предмет АФК. АФК предполагает значительно более широкое привлечение средств и методов данного вида культуры, являющегося базой, основой социализации личности инвалида, его адаптации к трудовой деятельности и переквалификации и саморазвития, самоуправления и самореализации. Адаптивное физическое воспитание (образование). Адаптивный спорт. Адаптивная физическая реабилитация	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: - Физическая культура	2
Тема 1.2 Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука	Содержание учебного материала Адаптивная физическая культура как интегративная наука. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина и область социальной практики. Требования к профессиональным качествам специалистов по АФК. Требования в личности специалиста по АФК.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: - Требования в личности специалиста по АФК Ответы на вопросы для самоконтроля.	2
Тема 1.3 Основные компоненты АФК	Содержание учебного материала Критерии выделения компонентов АФК, адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, экстремальные виды двигательной активности	2
	Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Креативные виды АФК Ответы на вопросы для самоконтроля.	2
Тема 1.4 Опорные концепции АФК	Содержание учебного материала Теоретические предпосылки формирования методологии АФК. Взаимосвязь АФК с общебиологическими и социальными закономерностями жизнедеятельности человека. Целостность организма структура и функции. Реактивность организма. Причинно-следственная связь. Адаптация организма. Компенсация – адаптационная реакция организма. Взаимосвязь биологического и социального в жизнедеятельности организма человека. Классификация функций адаптивной физической культуры: образовательная, спортивная, рекреативная, лечебно-восстановительная.	4

	<p>Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Движение основа жизнедеятельности Ответы на вопросы для самоконтроля.</p>	2
Раздел 2 Методологические аспекты АФК		
Тема 2.1 Функции адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта	Содержание учебного материала	
	Педагогические функции адаптивного физического воспитания: учебно-познавательная, коррекционная, профессионально-подготовительная, воспитательная. Социальные функции адаптивного физического воспитания: социализирующая, интегративная, коммуникативная. Функции адаптивного спорта. Направления адаптивного спорта. Собственно-тренировочные функции. Соревновательная функция. Гуманистическая функция. Коммуникативная функция. Интегративная функция. Зрелищная и эстетичная функция. Социализирующая функция.	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Гуманное отношение к личности инвалида</p>	4
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	

<p>Функции адаптивной физической рекреации и физической реабилитации</p>	<p>Функции адаптивной физической рекреативности. Основные понятия и специфические функции. Общие и относительные черты адаптивной физкультуры. Рекреации и рекреативно оздоровительного спорта. Комплексное проявление социальных функций при разных формах организации адаптивной физической рекреации. Функции двигательной реабилитации. Врачебно-педагогические функции. Лечебно-восстановительная функция. Коррекционно-компенсаторная функции. Профилактическая функция. Профессионально-подготовительная функция. Функции самореабилитации. Интегративная и социализирующая функции. Взаимосвязь функций адаптивной физической культуры.</p>	<p>4</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля.</p>	<p>4</p>
<p>Тема 2.3 Принципы адаптивной физической культуры</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Социальные принципы. Общеметодические и социально-методические принципы. Законы и закономерности дидактики, лежащие в основе принципов адаптивной физической культуры. Законы обучения.</p> <p>Социальные принципы АФК: принцип гуманистической направленности, принцип непрерывности физкультурного образования, принципы социализации, принципы интеграции, принципы приоритетной роли микросоциума.</p> <p>Общеметодические принципы АФК: принцип научности, принципы сознательности и активности, принцип наглядности, принципы доступности, принципы систематичности, принцип прочности.</p> <p>Социально-методические принципы АФК: принципы дифференции и индивидуализации, принципы коррекционно-развивающей направленности педагогического процесса, принципы компенсаторной направленности педагогического воздействия, принципы учета возрастных особенностей, принципы адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий.</p>	<p>4</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Принцип наглядности в процессе обучения детей с нарушением зрения</p>	<p>4</p>
<p>Тема 2.4 Средства АФК</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Теоретическое обоснование выбора средств АФК для инвалидов различной нозологии, возраста, пола. Виды АФК и формы занятий. Коррекционно-развивающие упражнения. Коррекционно-развивающие подвижные игры. Роль игры в развитии. Содержание и направленность подвижных игр. Классификация подвижных игр и методика их использования на физкультурно-оздоровительных занятиях. Организация и методика проведения подвижных игр.</p>	<p>4</p>

	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Организация и методика проведения подвижных игр	4
Раздел 3 История адаптивной физической культуры		
Тема 3.1 Развитие АФК за рубежом	Содержание учебного материала История адаптивной физической культуры за рубежом. Зарождение реабилитационного спорта, лечебной физической культуры. Этапы развития адаптивной физической культуры	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Развитие АФК за рубежом	2
Тема 3.2 История Паралимпийского движения в мировой практике	Содержание учебного материала Паралимпийские игры. История Паралимпийских игр. Первые Паралимпийские игры. Общекомандные места, занятые сборной командой России на Паралимпийских играх. Этапы развития спорта инвалидов за рубежом.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Паралимпийское движение в мировой практике	2
Тема 3.3 История развития АФК в нашей стране	Содержание учебного материала Этапы развития адаптивного спорта инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата в России. Лечебная физическая культура с использованием элементов спорта. Развитие и становление физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране. Вступление в международное паралимпийское движение. История развития адаптивной физической культуры в нашей стране. История развития адаптивного спорта в нашей стране.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: История развития АФК в нашей стране	2
Тема 3.4	Содержание учебного материала	

История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха	Летние Всемирные игры глухих. Зимние Всемирные игры глухих. Всероссийское общество глухих. Виды спорта Олимпиады глухих. История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Зимние Всемирные игры глухих	2
Тема 3.5 История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения	Содержание учебного материала История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения. Основные летние виды адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта, не входящие в программу Паралимпийских игр. Особенности развития адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения. Вклад К.К. Грота в развитие физического воспитания слепых детей. Истоки развития адаптивного спорта незрячих в нашей стране.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: История развития адаптивного спорта незрячих в нашей стране	2
Тема 3.6	Содержание учебного материала	
История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта	История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта. Специальное олимпийское движение. Сходства и различия Специального олимпийского движения и паралимпийского движения. Летние Всемирные Специальные Олимпийские игры. История адаптивного физического воспитания в нашей стране.	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Летние Всемирные Специальные Олимпийские игры	2
Раздел 4 Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе		
Тема 4.1	Содержание учебного материала	

<p>Организация адаптивного спорта.</p>	<p>Организация адаптивного спорта в России. Организация адаптивного спорта в мировом сообществе. Паралимпийский комитет России Федерация физической культуры и спорта и туризма инвалидов России. Федерация спорта слепых в России. Российская ассоциация «Олимп». Сурдлимпийский комитет России. Специальная Олимпиада России. Организация адаптивного спорта в рамках мирового паралимпийского движения. Организация адаптивного спорта в рамках сурдлимпийского и специального олимпийского движения в мировом сообществе.</p>	<p>2</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Организация адаптивной физической культуры Составление спортивного праздника для детей инвалидов</p>	<p>2</p>
<p>Тема 4.2 Организация адаптивной двигательной рекреации</p>	<p>Содержание учебного материала Группы учреждений и организаций реализаций адаптивной двигательной рекреации. Перспективы учреждений и организаций адаптивной двигательной рекреации. Формы адаптивной двигательной рекреации используемые в коррекционных школах. Составление спортивного праздника для детей инвалидов.</p>	<p>2</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля</p>	<p>2</p>
<p>Тема 4.3 Организация физической реабилитации</p>	<p>Содержание учебного материала Занятия лечебной физической культурой. Кабинет ЛФК. Обязанности при организации и проведения занятий по ЛФК.</p>	<p>2</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: ЛФК с использованием элементов спорта</p>	<p>2</p>
<p>Тема 4.4 Организация креативных и экстремальных видов двигательной активности</p>	<p>Содержание учебного материала Художественно - музыкальные виды двигательной активности. Программа по креативным видам двигательной активности. Экстремальные виды двигательной активности и их роль в антинаркотических профилактических мероприятиях.</p>	<p>2</p>
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Экстремальные виды двигательной активности</p>	<p>2</p>
<p>Раздел 5 Адаптивное физическое воспитание</p>		
<p>Тема 5.1</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	<p>4</p>

Значение, задачи и организация работы по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.	Распределение школьников по состоянию здоровья на медицинские группы. Основная, подготовительная и специальная медицинские группы. Подразделение на подгруппы «А» и «Б» по характеру заболеваний. Комплектование СМГ. Основные задачи физического воспитания учащихся. Основные документы в учебной работе. Контроль и тестирование в СМГ	
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Занятия по адаптивному физическому воспитанию	2
Тема 5.2 Учебная работа по физическому воспитанию в специальных медицинских группах	Содержание учебного материала	
	Подготовительный и основной период занятий со школьниками в СМГ. Схема построения урока. Ведущие принципы в работе с учащимися в СМГ. Педагогический контроль за интенсивностью нагрузки. Аспекты эффективности урока. Домашнее задание. Самостоятельные занятия. Опыт работы в регионах России.	4
	Практические занятия	6
	Подготовительный и основной период занятий со школьниками в СМГ; Схема построения урока; Ведущие принципы в работе с учащимися в СМГ; Педагогический контроль за интенсивностью нагрузки; Аспекты эффективности урока; Домашнее задание; Самостоятельные занятия;	
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Содержание и особенности деятельности специалиста по АФК	2
Тема 5.3 Методика обследования и врачебно-педагогических наблюдений в АФК	Содержание учебного материала	
	Врачебный контроль, опрос родителей, оценка общего состояния, поведения, умственной и физической работоспособности ребенка; определение двигательного режима школьника в быту. Антропометрия и тестирование физического состояния организма и физической подготовленности. Хронометраж, пульсометрия. Дневник самоконтроля.	4
	Практические занятия	6

	<p>Врачебный контроль; Опрос родителей, анкетирование; Оценка общего состояния поведения, умственной и физической работоспособности ребенка; Определение двигательного режима школьника в быту; Антропометрия и тестирование физического состояния организма и физической подготовленности; Проведение хронометража занятия; Проведение пульсометрии урока; Ведение дневника самоконтроля;</p>	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: ВПК на занятиях</p>	2
Тема 5.4	Содержание учебного материала	
Особенности методики занятий оздоровительной физической культурой, обусловленные клиническим диагнозом ослабленных детей	<p>Методика занятий при нарушении осанки, заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нейроциркуляторная дистония, артериальная гипертензия, миопия, ожирение, бронхо-легочная патология, примерные комплексы упражнений. Запрещенные упражнения. Распространение нагрузки. Лечебная физическая культура при этих заболеваниях.</p>	4
	<p>Практические занятия</p> <p>Методика проведения занятий при нарушении осанки; Методика проведения занятий при заболеваниях сердечно-сосудистой системы; Методика проведения занятий при нейроциркуляторная дистонии; Методика проведения занятий при артериальной гипертензии; Методика проведения занятий при миопии; Методика проведения занятий при ожирении; Бронхо-легочная патология, примерные комплексы упражнений; Запрещенные упражнения; Распространение нагрузки; Лечебная физическая культура при этих заболеваниях;</p>	6
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Проведение занятия ЛФК при различных заболеваниях в СМГ</p>	2
Тема 5.5	Содержание учебного материала	
Физическая культура в специальном образовании	<p>Концептуальные подходы к физическому воспитанию в специальной школе. Социально-гуманитарные предпосылки форм организации физического воспитания. Физиологические предпосылки форм организации физического воспитания. Системы классификации нарушений физического развития и двигательных способностей учащихся специальных школ. Программно-методические рекомендации по физической культуре для учащихся специальных школ.</p>	4

	<p>Практические занятия</p> <p>Требования к проведению занятий в школе 1-2 вида; Требования к проведению занятий в школе 3-4 вида; Требования к проведению занятий в школе 5-6 вида; Требования к проведению занятий в школе 7-8 вида; Форма организации физического воспитания в школе 1-2 вида; Форма организации физического воспитания в школе 3-4 вида; Форма организации физического воспитания в школе 5-6 вида; Форма организации физического воспитания в школе 7-8 вида;</p>	6
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Проведение занятия по физической культуре в школе 1-8 видов</p>	2
<p>Тема 5.6</p> <p>Методические основы содержания и организация занятий ФК учащихся специальных школ.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Организационно-методический базис уроков физической культуры. Врачебно-педагогический контроль, методика оценки физического развития и физической подготовленности учащихся. Анализ уроков. Профилактика травматизма. Основные гигиенические требования к местам занятий. Внеурочные формы физического воспитания. Организация и содержание занятий по ЛФК.</p>	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Ответы на вопросы для самоконтроля.</p> <p>Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Факторы, определяющие стратегию процесса обучения</p>	2
Раздел 6 Адаптивный спорт		
<p>Тема 6.1</p> <p>Классификация основных направлений развития АС.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Организация физкультурного движения инвалидов. Федерация физической культуры и спорта инвалидов. Паралимпийский комитет России. Специальный олимпийский комитет. Руководство для команды по организации соревнований инвалидов. Организация физкультурно-спортивного движения инвалидов. Структура физической культуры и спорта инвалидов. Физкультурно-оздоровительные клубы.</p>	6
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Ответы на вопросы для самоконтроля.</p>	1
<p>Тема 6.2</p> <p>Паралимпийское движение.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Цели, задачи принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов.</p>	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Ответы на вопросы для самоконтроля.</p> <p>Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Интегральная подготовка спортсмена – паралимпийца</p>	1
Тема 6.3	Содержание учебного материала	

Специальное олимпийское движение	Основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения. Основная программа специальной олимпиады. Организация тренировок и соревнований лиц с поражением интеллекта. Программа «Объединенный спорт». Общие положения. Программа «Специальная олимпиада - приСО-Единяйтесь!». Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями.	6
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля. Самостоятельный обзор дополнительной литературы по теме: Классификация лиц, занимающегося адаптивным спортом	1
Тема 6.4 Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	Содержание учебного материала Принципы классификации в адаптивном спорте, виды классификаций. Система организации и проведения классификации лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом. Классификация спортсменов.	4
Раздел 7 Адаптивная двигательная рекреация		
Тема 7.1 Цели, задачи, принципы, функции адаптивной двигательной рекреации	Содержание учебного материала Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация функций и принципов адаптивной двигательной рекреации. Общая характеристика средств АДР. Классификация и систематизация условий проведения занятий по АДР	2
	Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы для самоконтроля.	1
Тема 7.2 Методики некоторых видов адаптивной двигательной рекреации	Содержание учебного материала Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. Ориентирование по тропам в системе АДР. Водные виды АДР. Танцевальные виды АДР. Виды АДР, основанные на взаимодействии человека с животными.	2
	Практическое занятие	6

	<p>Функции адаптивной двигательной рекреации (АДР); Принципы АДР; Средства АДР; Классификация условий проведения занятий по АДР; Адаптивный туризм; Формы организации туристических мероприятий; Водные виды АДР; Игровые виды АДР; Танцевальные виды АДР; Виды АДР, основанные на взаимодействии человека с животными;</p>	
--	---	--

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

Тимошина, И. Н.

Теория и организация адаптивной физической культуры : учеб.-метод. пособие по спец. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" / И. Н. Тимошина, Н. А. Махова ; УлГУ, ИМЭиФК. - 2-е изд., испр. и доп. - Ульяновск : УлГУ, 2012. - 83 с.

Тимошина, Ирина Назимовна.

Содержание адаптивного физического воспитания студенческой молодежи, отнесенной по состоянию здоровья к специальному учебному отделению : учеб.-метод. пособие / Тимошина Ирина Назимовна, В. А. Каширин ; Ульяновск. гос. ун-т, ИМЭиФК, Фак. физ. культуры и реабилитации. - Ульяновск : УлГУ, 2010. - 57 с.

Теория и организация АФК: учебник в 2-х т./под общей ред. проф. С.П.Евсеева. М.: Советский спорт, 2014 г.

Дополнительная литература:

1. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Герасимова Г.В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие Москва. - «Советский спорт». - 2013.-184 с.
2. Лисовский В.А., Евсеев С.П. с соавт. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов. Учебное пособие/под ред. проф. С.П.Евсеева/ М.: Советский спорт, 2013 г.
3. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: учебное пособие для студентов высших педагогических заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2012 г.
4. Злыднев А.А., Ворошнин И.В., Громова И.А., Короткова А.К., Дроздовский А.К. Адаптивная физическая культура, изд. Санкт-Петербургский институт физической культуры. - 2013г.-203 с.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

<http://www.altstu.ru/>

<http://www.twirpx.com/>

<http://ffkshuya.ru/>

<http://window.edu.ru/>

Виды деятельности студентов

Примерный перечень вопросов к диф.зачету

1. В чем отличие адаптивной физической культуры от медицинской реабилитации
2. Средства АФК
3. Что такое адаптивное физическое воспитание (образование)?
4. Физические упражнения, которые противопоказаны при миопии и ожирении
5. На что направлено содержание адаптивной физической рекреации?
6. Раскройте понятие адаптивной физической реабилитации.
7. Каковы причины недостаточного развития адаптивной физической культуры в нашей стране?
8. Категории «целостность организма» и возможности ее применения в адаптивной физической культуре.
9. Понятие структуры и функции организма человека. Его роль в объяснении закономерностей адаптивной физической культуры
10. Какова роль реактивности организма при занятиях физическими упражнениями?
11. Причинно-следственная связь как основа планирования занятий адаптивной физической культурой.
12. Адаптация и компенсация в теории физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
13. Какие компоненты входят в структуру адаптивной физической культуры?
14. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения
15. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта
16. Социальные функции адаптивного спорта
17. Педагогические функции адаптивного спорта
18. История развития АФК в нашей стране
19. Раскройте содержание учебно-познавательной функции.
20. В чем особенности развивающей функции?
21. Что означает коррекционная функция?
22. Схема построения урока СМГ
23. В чем состоит профессионально-подготовительная функция?
24. Раскройте содержание воспитательной функции.
25. Понятие «культура», «физическая культура», «Адаптивная физическая культура»
26. Паралимпийское движение в мировой практике
27. Этапы развития физкультурно-оздоровительного движения инвалидов с поражением ОДА
28. В чем сущность социализации инвалидов, обучающихся в государственных учебных заведениях?
29. Роль игры в процессе социализации личности.
30. Что такое интегративная функция.
31. Индивидуальная карта занимающегося в СМГ
32. Особенности врачебно-педагогического контроля в СМГ
33. Что такое коммутативная функция?
34. Дневник самоконтроля в СМГ
35. Распределение школьников на медицинские группы
36. Физические упражнения, которые противопоказаны при артериальной гипертонии и бронхиальной патологии в СМГ

37. Какова направленность спорта высших достижений
38. Классификация спортсменов инвалидов. Минимальный уровень поражения
39. Классификация основных направлений адаптивного спорта
40. Модели соревновательной деятельности
41. Спортивная тренировка. Цель, задачи, средства
42. Виды подготовки спортсменов паралимпийцев.
43. Построение спортивной тренировки
44. В чем ценность соревновательной функции?
45. В каких соревнованиях участвуют спортсмены-инвалиды разных нозологических групп?
46. В чем сущность гуманистических функции и как она проявляется в спорте инвалидов?
47. Роль и содержание коммуникативной функции в личностном развитии спортсмена-инвалида?
48. В чем проявляется интегративная функция в спорте инвалидов?
49. Значение адаптивного спорта как зрелища для спортсмена и общества зрителей.
50. В чем эстетическая функция адаптивного спорта?
51. Значение и сущность социализации инвалидов через спорт.
52. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом (медицинская и спортивно-функциональная классификации).
53. Специальное олимпийское движение
54. Требования к личности и профессиональным качествам специалиста по АФК
55. Порядок разделения на дивизионы
56. Основная программа специальной олимпиады
57. Программа «Объединенный спорт»
58. Программа специальной олимпиады «приСОЕдиняйтесь!»
59. Классификация форм двигательной рекреации.
60. Что такое гедонистическая функция?
61. Методика занятий в СМГ при ожирении
62. Методика проведения занятия в СМГ с нарушением осанки
63. Раскройте особенности оздоровительной и воспитательной функции?
64. Значение и содержание развивающей функции.
65. Значение и содержание воспитательной функции, роль самовоспитания.
66. В чем заключается творческая функция?
67. Развитие координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта
68. Формы организации АФК
69. Методы развития физических качеств и способностей
70. Раскройте взаимосвязь коммуникативной, социализирующей и интегративной функцией в процессе адаптивной двигательной рекреации.
71. Содержание понятий «реабилитация», «физическая реабилитация».
72. Лечебно-восстановительная функция, основная функция физической реабилитации.
73. Использование и развитие сохранных анализаторов у детей с нарушением зрения
74. В чем заключается коррекционная и компенсаторная функции ЛФК?
75. Раскройте содержание профилактической функции ЛФК.
76. Содержание ЛФК в реализации профессионально-подготовительной функции.
77. Подготовка, организация и руководство подвижных игр, нагрузка в подвижных играх
78. В чем заключается интегративная и социализирующая функции ЛФК?
79. Содержание профессиональной реабилитации

80. Методические основы содержания и организации занятий физической культурой учащихся спец. Школ
81. Организация адаптивного спорта в России и за рубежом
82. Самоконтроль. Дневник самоконтроля
83. Технология проведения педагогических наблюдений в процессе урока СМГ
84. Определение функционального состояния организма
85. Определение физической подготовленности учащихся
86. Оценка физического развития
87. Оценка успеваемости учащихся по физическому воспитанию
88. Организационно методические указания и особенности проведения занятий физической культурой в СМГ
89. Формы организации занятий физической культурой. Формы организации занятий ФК для школьников имеющих отклонения в состоянии здоровья
90. Документация по учебной работе для занятий ФК
91. Что означает непрерывное физкультурное образование?
92. Раскройте понятия «социальная интеграция» и «интегрированное обучение».
93. В чем состоит принцип приоритетной роли микросоциума для ребенка с нарушениями в развитии?
94. Что означает принцип систематичности в адаптивном физическом воспитании?
95. Адаптивная двигательная рекреация.
96. Цели, задачи
97. Виды адаптивной двигательной рекреации

КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

При сдаче зачета :

«5» (отлично) – студент показывает глубокое и полное овладение содержанием учебного материала по дисциплине согласно ФГОСа, в котором студент легко ориентируется, пользуется при ответе понятийным аппаратом, умеет связывать теорию с практикой, решать практические задачи, высказывать и обосновывать свои суждения; логически грамотно излагает ответ; качественное оформление контрольной работы в соответствии с требованиями.

«4» (хорошо) – студент освоил учебный материал по дисциплине согласно ФГОСа, владеет и пользуется при ответе понятиями, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет знания для решения практических задач, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа содержит некоторые отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – студент показывает знания и понимание основных положений учебного материала по дисциплине, но излагает его неполно, не последовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических задач, не умеет доказательно обосновать свои суждения.

«2» (неудовлетворительно) - студент имеет разрозненные, бессистемные знания по дисциплине, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, искажает их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, не может применять знания для решения практических задач или за незнание и непонимание учебного материала; или отказ отвечать.

Примерная тематика рефератов:

1. «Физическая культура»
2. «Требования к личности специалиста по АФК»
3. «Креативные виды АФК»
4. «Движение – основа жизнедеятельности».
5. «Гуманное отношение к личности инвалида»
6. «Интеграция инвалида в общество»
7. «Принцип наглядности в процессе обучения детей с нарушением зрения»
8. «Организация и методика проведения подвижных игр»
9. «Развитие АФК за рубежом»
10. «Паралимпийское движение в мировой практике»
11. «История развития АФК в нашей стране»
12. «Зимние Всемирные игры глухих».
13. «Истоки развития адаптивного спорта незрячих в нашей стране».
14. «Летние Всемирные Специальные Олимпийские игры».
15. «Организация Адаптивной физической культуры»
16. «Составление спортивного праздника для детей инвалидов».
17. «ЛФК с использованием элементов спорта»
18. «Экстремальные виды двигательной активности»
19. «Занятие по адаптивному физическому воспитанию»
20. «Содержание и особенности деятельности специалиста АФК»
21. «ВПК на занятиях»
22. «Методика занятий при нарушении осанки»
23. «Факторы, определяющие стратегию процесса обучения»
24. «Физическая помощь и страховка»
25. «Интегральная подготовка спортсмена - паралимпийца».
26. «Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом»
27. «Водные виды адаптивной двигательной рекреации»

Критерии оценки реферативной работы:

Оценка «отлично» - самостоятельность в постановке проблемы; наличие авторской позиции, самостоятельность суждений; соответствие содержания теме и плану реферата; умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы; знакомство автора работы с актуальным состоянием изучаемой проблематики; правильное оформление ссылок на используемую литературу; 23 грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; соблюдение требований к объему реферата; полное соответствие требованиям к культуре оформления.

Оценка «хорошо» - реферат, в целом, соответствует отличному реферату, но допущены некоторые незначительные ошибки при оформлении материалов реферата (например, отсутствие автоматической расстановки переносов при подготовке электронного варианта; оформление маркированного или нумерованного списка, отсутствие разрыва страницы или раздела в требуемом месте и т.п.); небольшие неточности стиля; поверхностность выводов. Оценка «удовлетворительно» - допущены неточности определений понятий предметной области, связанной с проблематикой реферата; нарушена логика и последовательность изложения, отсутствуют самостоятельные выводы.

Оценка «неудовлетворительно» - содержание реферата не соответствует его теме; не выдержана структура реферата; автор демонстрирует незнание дефиниций основных понятий; отсутствует демонстрация использования информационных технологий в предметной области соискателя; оформление реферата не соответствует требованиям, причем, соискатель демонстрирует полное незнание в области подготовки электронного и бумаж-

ного документа (не создано оглавление, предметный указатель, нет подписи к рисункам, отсутствует нумерация страниц); допускаются грамматические,

Примерные тестовые задания

1. Какой из принципов не относится к социальным?
 1. доступности
 2. социализации
 3. интеграции
 4. приоритетной роли микросоциума.
2. Становление физкультурного движения инвалидов с нарушением ОДА проходило в:
 1. 1 этап
 2. 2 этапа
 3. 3 этапа
 4. 4 этапа
3. Критерием mip поражением зрения является остаточное зрение:
 1. ниже 0,1 диоптрия
 2. выше 0,1 диоптрия
 3. выше 0,01 диоптрия
 4. ниже 0,01 диоптрия
4. Какой вид спорта исключается у инвалидов по зрению?
 1. теннис
 2. борьба
 3. биатлон
 4. шашки
5. В каком году был открыт первый летний лагерь для умственно отсталых?
 1. 1963
 2. 1968
 3. 1986
 4. 1960
6. Какой организации не существует?
 1. Всероссийское общество глухих
 2. Всероссийское общество слепых
 3. Всемирная организация лиц с нарушением ОДА.
 4. Международный комитет Глухих
7. В каком году были проведены первые Паралимпийские игры?
 1. 1960
 2. 1924
 3. 1881
 4. 1973
8. К средствам спортивной тренировки не относятся?
 1. учебно-методическая литература
 2. естественно средовой фактор

3. средства психического воздействия
 4. материально-технические средства
9. Традиционная модель соревновательной деятельности применяется в:
1. паралимпийском спорте
 2. сурдолимпийском
 3. специальной олимпиаде
 4. все выше указанные ответы верны
10. В каком году было создано Всероссийское общество глухих?
1. 1924
 2. 1926
 3. 1932
 4. 1957
11. Какой вид спорта не запрещен для лиц с нарушением интеллекта?
1. спортивные игры
 2. бокс
 3. стрельба
 4. карате
12. В скольких уровнях происходит построение спортивной тренировки?
1. в 2-х
 2. в 3-х
 3. в 4-х
 4. в 5-ти
13. Какой классификации среди инвалидов не существует?
1. социальной
 2. медицинской
 3. спортивной
 4. спортивно-медицинской
14. Из скольких человек должен состоять дивизион?
1. 3-8
 2. 4-9
 3. 5-10
 4. 5-9
15. Паралимпийский спорт не охватывает?
1. лиц с поражением ОДА
 2. лиц с нарушением зрения
 3. лиц с нарушением интеллекта
 4. лиц с нарушением слуха
16. Сколько моделей соревновательной деятельности существует в адаптивном спорте
1. 2
 2. 3
 3. 4
 4. 1

17. Организация паралимпийского, сурдолимпийского и лиц с поражением интеллекта проходят по версии:
1. INAS-FID
 2. SPESHAL-OLIMPIC
 3. CP-ISRA
 4. ISOD
18. Программа «Объединенный спорт» была создана в
1. 1989г.
 2. 1924г.
 3. 2002-2003гг.
 4. 2001г.
19. Сколько стран включает в себя Специальное Олимпийское Движение?
1. 170 см.
 2. 160 см.
 3. 150 см.
 4. 120 см.
20. Где были проведены первые Паралимпийские игры:
1. Рим
 2. Сидней
 3. Токио
 4. Москве
21. Отличительной чертой АС не является:
1. стремление к максимально возможному результату
 2. обязательные соревнования
 3. классификация спортсменов для участия
 4. занятия АС не являются обязательными
22. Функциями адаптивного спорта являются:
1. творческая и учебная
 2. спортивная и оздоровительная
 3. тренировочная и развивающая
 4. соревновательная и социальная
23. Отличием нетрадиционной модели соревновательной деятельности от традиционной МД является:
1. отсутствие материального вознаграждения
 2. материальное вознаграждение спортсменам, занявшим 1-3 места
 3. отсутствие материального вознаграждения спортсменам, не занявшим призовые места
 4. материальное вознаграждение каждому участнику соревнований
24. К официальным видам спортивной программы SPESHAL-OLIMPIC относят:
1. плавание
 2. горные лыжи
 3. все вышеперечисленные ответы верны
 4. все вышеперечисленные ответы не верны
25. Какое количество направлений в адаптивном спорте?

1. 4
 2. 2
 3. 3
 4. 5
26. В обязанности тренера входит:
1. охрана здоровья и обеспечение безопасности спортсмена
 2. организовать и проводить соревнования
 3. должен подчиняться букве Правил Соревнований
 4. соблюдать принцип деления на дивизионы
27. При разделении участников соревнований на дивизионы на первое место деления ставятся:
1. разделение по возрастному признаку
 2. разделение по прошлым достижениям
 3. разделение уровню способностей
 4. разделение по половому признаку
28. К основному фактору, определяющему структуру годового цикла относят:
1. восстановительный период
 2. начало тренировки
 3. длительность соревновательного периода
 4. спортивная форма
29. Видами подготовки спортсменов не являются:
1. техническая
 2. тактическая
 3. психологическая
 4. восстановительная
30. К общеметодическим принципам АС относят:
1. оптимальность
 2. системность
 3. интеграции
 4. вариативность
31. Целью АС является:
1. максимально возможная самореализации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья
 2. расширение круга деятельности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья
 3. освоение характеристик для АС ролей
 4. повышения уровня качества жизни
32. Спорт инвалидов, как этап становления физического движения инвалидов за рубежом возник:
1. 1961г.
 2. 1960г.
 3. 1962г.
 4. 1963г.
33. Первые Специальные Олимпийские игры проведены в

1. июле 1967
 2. июне 1969
 3. июне 1968
 4. июле 1968
34. Средствами спортивной тренировки не являются:
1. ОРУ
 2. психологические воздействия
 3. медико-биологические
 4. все выше указанные ответы верны
35. Теоретическая подготовка спортсменов включает в себя:
1. развитие интеллектуальных способностей спортсменов
 2. совершенствование психических функций
 3. развитие физических способностей
 4. знание об использовании технических средств
36. Принципом спортивной тренировки не является:
1. цикличность тренировочного процесса
 2. интеграция тренировочного процесса
 3. волнообразное изменение нагрузок
 4. единство специализации
37. Составной частью соревнований является:
1. спортсмены, инвентарь
 2. судейство, призы
 3. болельщики, иерархия соревнований
 4. зрители, тренеры
38. В каком году Всемирное Общество Глухих вступает в Международный комитет глухих?
1. 1924г.
 2. 1957г.
 3. 1925г.
 4. 1958г.
39. Международная спортивная организация инвалидов определяет критерии медицинской классификации для лиц –
1. с ампутациями
 2. с ДЦП
 3. с нарушением зрения
 4. с нарушением слуха
40. Для каких видов спорта не существует спортивно-функциональной классификации?
1. баскетбол
 2. волейбол
 3. лыжи
 4. хоккей
41. Критерием минимального поражения для лиц с нарушением интеллекта является:
1. интеллект выше 70 IQ
 2. интеллект ниже 70 IQ

3. интеллект ниже 60 IQ
 4. интеллект ниже 50 IQ
42. Структура одного тренировочного занятия – это
1. микроструктура
 2. мезоструктура
 3. макроструктура
 4. министртура
43. Виды соревнований оцениваемые судьейским решением:
1. легкая атлетика
 2. баскетбол
 3. боулинг
 4. фигурное катание
44. Программа тренировки двигательной активности проводится для лиц:
1. с нарушением зрения
 2. с нарушениями слуха
 3. с тяжелой умственной отсталостью
 4. с нарушением ОДА
45. Программа тренировки двигательной активности является:
1. относиться к адаптивному спорту
 2. составной частью Специальной олимпиады
 3. относиться к Паралимпийскому спорту
 4. все выше указанные вопросы не верны
46. Принципом классификации в адаптивном спорте не является:
1. уравнение шансов на победу
 2. охват лиц обоего пола
 3. переосвидетельствование каждые 4 года
 4. учет возрастных особенностей
47. Факторы, определяющие ведущее положение Паралимпийского движения в Мире:
1. охват небольшого количества патологии
 2. использование нетрадиционной модели соревновательной деятельности, большое количество занимающихся
 3. использование традиционной модели соревновательной деятельности, большое количество занимающихся
 4. все выше указанные ответы верны
48. Кто был организатором первых соревнований среди инвалидов?
1. Гутман
 2. Рухледев
 3. Кеннеди
 4. Грот
49. Какие виды спорта противопоказаны людям с нарушением зрения?
1. легкая атлетика
 2. хоккей
 3. плавание
 4. настольный теннис

50. Годичный цикл состоит из –

1. 5 периодов
2. 8 периодов
3. 7 периодов
4. 3 периодов

Критерии оценки по тестовому контролю:

100% -90% правильных ответов – оценка «отлично».

90%-80% правильных ответов – оценка «хорошо»,

80%-60% правильных ответов – оценка «удовлетворительно»