1920

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет»
в г. Славянске-на-Кубани

Факультет педагогики, психологии и физической культуры

Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по работе с филиалами
ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»
_____ А.А. Евдокимов
«15» _____ 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Направление подготовки	44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Физическая культура, Основы безопасности жизнедеятельности
Форма обучения	заочная
Квалификация	бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C7D81F155464E2952C62D138F9B3B449
Владелец: Хагуров Темыр Айтечевич
Действителен: с 13.10.2023 до 05.01.2025

Краснодар 2020

Рабочая программа дисциплины Теория и организация адаптивной физической культуры составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 125, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50358.

Программу составил:

А. П. Шкляренко, д-р биол. наук, профессор

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры ППП и ФК
протокол № 11 от 4 июня 2020 г.

Заведующий кафедрой ППП и ФК Лукьяненко М. А.

Рабочая программа дисциплины Теория и организация адаптивной физической культуры утверждена на заседании кафедры ППП и ФК
протокол № 11 от 4 июня 2020 г.

Заведующий кафедрой ППП и ФК Лукьяненко М. А.

Утверждена на заседании учебно-методического совета филиала
Протокол № 8 от 10 июня 2020 г.

Председатель УМС филиала Поздняков С. А.

Рецензенты:

Кириллова Татьяна Яковлевна ,
директор МБОУ СОШ № 3, им. полководца
А.В. Суворова г. Славянска-на-Кубани

Катаева Нина Вениаминовна ,
директор МБОУ СОШ № 5, им. В.Ф. Маргелова
г. Славянска-на-Кубани

Оглавление

1 Цели и задачи изучения дисциплины……...4
1.1 Цель освоения дисциплины……4
1.2 Задачи дисциплины……4
1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы……...4
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы……4
2. Структура и содержание дисциплины……5
2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ……5
2.2 Структура дисциплины……...6
2.3 Содержание разделов дисциплины……7
2.3.1 Занятия лекционного типа……...7
2.3.2 Занятия практического типа……8
2.3.3 Лабораторные занятия……..…..10
2.3.4 Примерная тематика курсовых работ……...10
2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине……10
3. Образовательные технологии……11
3.1.Образовательные технологии при проведении лекций……11
3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий……...11
3.3. Образовательные технологии при проведении практических занятий.....12
4. Оценочные и методические материалы……12
4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации……12
4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций……42
5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины……..45
5.1 Основная литература……45
5.2 Дополнительная литература……45
5.3. Периодические издания……...45
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)……45
7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)……47
7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий……47
7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения47
7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем……47
8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)……49

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» является формирование компетенций ПК- 1 (Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса) на основе формируемой системы знаний, умений, навыков в области основ педагогики, физической культуры и спорта.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «История физической культуры и спорта» направлена на формирование у студентов следующих компетенций: ПК- 1 (Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса) на основе формируемой системы знаний, умений, навыков в области основ педагогики, физической культуры и спорта и ПК- 2 (Способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности).

1. Формирование общекультурных, общепрофессиональных, профессиональных компетенций, позволяющих сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, интерес и познавательную активность к проблемам АФК.

2. Обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, целостное осмысление профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики.

3. Подготовить студентов к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющих отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» относится к вариативной части Блока 2 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Для освоения дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные входе изучения следующих дисциплин: «Анатомия», «Физиология человека».

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» призвана заложить основы и послужить теоретической базой для дальнейшего получения глубоких знаний по следующим предметам, таких как «Лечебная физическая культура и массаж», «Спортивная медицина».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.
Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся профессиональныхкомпетенций (ПК)

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	**уметь**	**владеть**
1.	ПК-2	Способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к	– средства и методы физического воспитания людей с отклонениями в - состоянии	– анализировать индивидуальные программы реабилитации и получать исходные данные физической	– методами врачебнопедагогического контроля в АФК; - психодиагнос

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	**уметь**	**владеть**
		учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	здоровья разного возраста и пола; - показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; -закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека.	подготовленности занимающихся; - осуществлять поэтапный педагогический контроль и на его основе коррекцию этого процесса; - практически применять наиболее эффективные методики АФК.	тическими методиками в АФК; - анализом и обобщением результатов работы.
2.	ПК-1	Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса	- закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов	- планировать и применять различные формы организации занятий, с учетом физкультурноспортивной и оздоровительной деятельности; - применять в профессиональной деятельности современные методы и технологии.	- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях АФК и спорта, приемами пропагандистской работы.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач.ед. (144 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице

(для студентов ЗФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр (часы)
		5
Контактная работа, в том числе:		
Аудиторные занятия (всего):	**12**	**12**
Занятия лекционного типа	6	6
Лабораторные занятия	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	6	6

Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)			
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3
Самостоятельная работа, в том числе:			
Курсовая работа (подготовка и написание)			
Проработка учебного (теоретического) материала		50	50
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		50	50
Реферат			
Подготовка к текущему контролю		23	23
Контроль:			
Подготовка к экзамену/зачету		8,7	8,7
Общая трудоемкость	**час.**	**144**	**144**
	в том числе контактная работа	**12,3**	**12,3**
	зач. ед	**4**	**4**

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые на 5 курсе *(заочная форма)*

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов				
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа	КСР, ИКР, контроль
			Л	ПЗ	ЛР	СР	-
1	2	3	4	5	-	7	8
1	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	34	2	2	-	30	-
2	Теория адаптивной физической культуры.	34	2	2	-	30	-
3	Организация адаптивной физической культуры.	44	2	2	-	40	-
ИТОГО по разделам дисциплины		**112**	**6**	**6**	**-**	**100**	**-**
Контроль самостоятельной работы (КСР)		-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	-	-	-	-	0,3
Подготовка к текущему контролю		23	-	-	-	23	-
Подготовка к экзамену (контроль)		8,7	-	-	-	8,7	-

Общая трудоемкость по дисциплине	**144**	**6**	**6**	**-**	**131,7**	**0,3**

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

2.3 Содержание разделов дисциплины

2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура»; «образ жизни», «здоровый образ жизни», «естественные факторы внешней среды»; «аксиологические концепции жизни человека иинвалида» -сходство и различия; «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция» идр. Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры. Коррекционные, компенсаторные, профилактические задачи - главная группа задач в адаптивной физической культуре. Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи - традиционные задачи физической культуры, их адаптация к проблемам лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.	У,Т
2.	Теория адаптивной физической культуры.	Отличия адаптивной физической культуры (АФК) от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др. отраслей знания и практической деятельности; связь АФК сдругими областями научных знаний. Формирование правового и информационного пространства адаптивной физической культуры в Российской Федерации как важнейшее условие обеспечения интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья вобщество (предоставление гарантий и возможностей инвалидам, подготовка общества к принятию инвалидов как равноправных членов общества, обладающих самоценностью).	У,Т,ПР
3.	Организация адаптивной физической культуры.	Основной социальный закон функционирования и развития физической культуры (в том числе адаптивной) - её обусловленность экономическими, социально-	У,Т

		политическим строем общества. Принципы, вытекающие изданного закона, - прикладность, всесторонность и оздоровительная направленность. Важнейшие дополнительные принципы, вытекающие изданного закона для адаптивной физической культуры, - социализирующе-реабилитационный характер, коррекционная, компенсаторная, профилактическая направленность. Становление отдельных видов адаптивной физической культуры у инвалидов различных нозологических групп.	

2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	Практические занятия № 1 Тема: Задачи и средства адаптивной физической культуры. 1. Главная группа задач адаптивной физической культуры — коррекционные, компенсаторные и профилактические. 2. Задачи коррекции основного дефекта (сенсорных систем, опорно-двигательного аппарата, речи, интеллекта, соматических функциональных систем и др.), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом и сопутствующими заболеваниями. 3. Задачи компенсации функций организма в случае невозможности коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений. 4. Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений при наличии тех или иных дефектов.	Т, ПР

		5. Адаптация традиционной группы задач физической культуры - образовательных, воспитательных, оздоровительных - для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп. 6. Физическое упражнение - основное средство адаптивной физической культуры.	
2.	Теория адаптивной физической культуры.	Практические занятия № 2 Тема: Методы адаптивной физической культуры. 1. Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. 2. Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов: лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положений, дозированная ходьба (терренкур), гидрореабилитация (гидроаэробика, игры в воде и др.), механотерапия, физические методы лечения (водолечение, теплолечение, светолечение, самомассаж, вибрационный массаж, баролечение и др.), психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция (музыка, цвет, образ) и др. 3. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля	Т, ПР

		учебной деятельности). 4. Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). 5. Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.	
3.	Организация адаптивной физической культуры.	Практические занятия № 3 Тема: Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. 1. Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры (адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации и физической реабилитации). 2. Максимально возможное исключение ошибок из процесса освоения двигательных действий - главное требование к этому процессу в адаптивной физической культуре. 3. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия, сенсорноперцептивного обучения и других этапов процесса его освоения у инвалидов различных нозологаческих групп (с сенсорными нарушениями, с поражениями опорно-двигательного аппарата, с отклонениями в интеллектуальном развитии и др.). 4. Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Т, ПР, Э

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

Защита лабораторных работ (ЛР), выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР), расчётно-графического задания (РГЗ), написание реферата (Р), эссе (Э), коллоквиума (К), устный опрос (У), тестирование (Т), практическая работа (ПР).

2.3.3 Лабораторные занятия.

Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1.	Проработка учебного (теоретического) материала	Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905
2.	Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, подготовка к семинару)	Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905
3.	Подготовка к текущему контролю	Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

3. Образовательные технологии

Для реализации компетентностного подхода предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

3.1.Образовательные технологии при проведении лекций

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	4
1.	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	Интерактивная лекция	2
2.	Теория адаптивной физической культуры.	Аудиовизуальная технология, устный обзор проблематики	2
3.	Организация адаптивной физической культуры.	Аудиовизуальная технология, технология развития критического мышления	2
		Итого по курсу	6

3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1	2	3	2
1.	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	Работа в малых группах, проблемное обучение	2
2.	Теория адаптивной физической культуры.	Работа в малых группах, проблемное обучение	2
3.	Организация адаптивной физической культуры.	Круглый стол	2
		Итого по курсу	6

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

4. Оценочные и методические материалы

4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, доклада-презентации по проблемным вопросам, разноуровневых заданий, ролевой игры, ситуационных задач (указать иное) и **промежуточной аттестации** в форме вопросов и заданий (указать иное) к экзамену (дифференцированному зачету, зачету).

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1.	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	ПК-2; ПК-1	Практическая работа №1. Вопросы для устного (письменного) опроса.	Вопросы к зачету 1-20
2.	Теория адаптивной физической культуры.	ПК-2; ПК-1	Практическая работа №2. Вопросы для	Вопросы к зачету 21-40

			устного (письменного) опроса.	
3.	Организация адаптивной физической культуры.	ПК-2; ПК-1	Практическая работа №3. Вопросы для устного (письменного) опроса.	Вопросы к зачету 41-60

Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

Код и наименование компетенций	**Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания**		
	пороговый	**базовый**	**продвинутый**
	Оценка		
	Удовлетворительно /зачтено	Хорошо/зачтено	Отлично /зачтено
ПК-1 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса. ПК- 2 Способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности.	***Знает*** – . основные понятия (терминологию) АФК; средства и методы АФК.	***Знает*** – организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма;	***Знает –*** показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; - закономерности обучения двигательным действиям и развитие физических способностей в АФК.
	Умеет – практически применять наиболее эффективные методики АФК; - анализировать индивидуальные программы реабилитации и получать исходные данные физической подготовленности занимающихся.	***Умеет*** – комплектовать группы для занятий с учётом основного дефекта и психофизиологического состояния занимающихся; - планировать, проводить уроки и другие формы физкультурно-спортивной деятельности в специальных учреждениях с учетом особенностей, типичных для данной нозологической группы.	***Умеет*** – осуществлять поэтапный педагогический контроль и на его основе коррекцию этого процесса; - ориентироваться в специальной литературе при самостоятельной подготовке рефератов, докладов, курсовых работ; - проводить отбор и спортивную ориентацию наиболее перспективных для дальнейшего спортивного совершенствования занимающихся.
	Владеет – средствами, методами и организационными	***Владеет*** – способностью определять основные направления	***Владеет –*** анализом и обобщением результатов работы, вносить предложения по

	формами проведения занятий в сфере адаптивной физической культуры.	развития адаптивной физической культуры.	её совершенствованию.

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1	Предмет, цель, задачи адаптивной физической культуры.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 10
2	Теория адаптивной физической культуры.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 10
3	Организация адаптивной физической культуры.	Практическая работа Устный (письменный) опрос	10 10
Компьютерное тестирование (внутрисеместровая аттестация)			40
ВСЕГО			100

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Вопросы для устного (письменного) опроса

(Проверяемые компетенции: ПК-2; ПК-5)

1. Понятие АФК (предмет, цель, задачи, содержание).
2. Педагогические функции АФК.
3. Социальные функции АФК.
4. Социальные принципы АФК.
5. Общеметодические принципы АФК.
6. Специально-методические принципы АФК.
7. Средства АФК.
8. Виды АФК.
9. АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).
10. История развития АФК.
11. Развитие АФК среди лиц с поражением ОДА.
12. История АФК у лиц с поражением слуха.
13. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
14. История адаптивного физического воспитания для лиц с нарушением интеллекта.
15. Специальное олимпийское движение.
16. АФК как интегративная наука, учебная дисциплина и область социальной практики.

17. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.

18. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья с сохранным интеллектом.

19. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии.

20. Методы формирования знаний.

21. Методы обучения двигательным действиям.

22. Методы развития физических качеств и способностей.

23. Методы воспитания личности.

24. Формы организации АФК.

25. Обучение двигательным действиям в АФК.

26. Применение тренажёров в АФК.

27. Физическая помощь и страховка в АФК (классификация).

28. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в АФК.

29. Закономерности развития физических способностей.

30. Принципы развития физических способностей.

31. Особенности развития силовых способностей.

32. Особенности развития скоростных способностей.

33. Особенности развития выносливости.

34. Особенности развития гибкости.

35. Особенности развития координационных способностей.

36. Особенности развития координационных способностей школьников с нарушениями речи, слуха, зрения, интеллекта.

37. Врачебно-медицинский контроль в АФК.

38. Педагогический контроль в АФК.

39. Психодиагностические методики в АФК.

40. Показания и противопоказания для занятий АФК.

41. Спортивно-медицинские классификации инвалидов с различными поражениями.

42. Спортивно-медицинская классификация инвалидов-ампутантов.

43. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с травмами и заболеваниями спинного мозга.

44. Спортивно-медицинская классификация для лиц с последствием ДЦП.

45. Спортивно-медицинская классификация «Прочих» инвалидов.

46. Спортивно-медицинская классификация в практике Специальной олимпиады.

47. История возникновения и развития Паралимпиады.

48. История возникновения и развития адаптивного спорта глухих.

49. История возникновения и развития Специальной олимпиады.

50. Особенности адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

51. Особенности адаптивного физического воспитания детей с интеллектуальной недостаточностью.

52. Диагностика физического развития школьников с ограниченными возможностями здоровья.

53. Диагностика сопутствующих заболеваний у школьников (различных нозологических групп).

54. Методы обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).

55. Средства восстановления в адаптивном спорте.

56. Использование методов психорегуляции в занятиях АФК.

57. Особенности физического развития школьников различных нозологических групп.

58.. Формы организации АФК.

59. Развитие физических способностей школьников различных нозологических групп.

60. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе.

Задания для практических работ

(Проверяемые компетенции: ПК-2; ПК-5)

Вопросы к семинарскому занятию № ,2

1. Адаптивная физическая культура, как научная дисциплина

2. Виды адаптивной физической культуры

3. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.

4. Участие российских спорсменов-инвалидов различных нозологических групп в международных соревнованиях. Наиболее значимые результаты.

5. Спортсмены-инвалиды России в соревнованиях паралимпийского и Специального Олимпийского движения, в Олимпийских Играх глухих.

6. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе.

Формы контроля. Вопросы для устного (письменного) опроса, тестирование.

Вопросы к семинарскому занятию № 3,4,5

1. Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения; в зависимости от нозологических признаков (инвалида по зрению, слуху, с нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.).

2. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражение опорнодвигательного аппарата.

3. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с интеллектуальными нарушениями.

4. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением зрения.

5. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с поражением слуха.

6. Социальные принципы: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума – их характеристика.

Формы контроля. Вопросы для устного (письменного) опроса, тестирование.

Вопросы к семинарскому занятию № 6,7

1. Общепедагогические и другие средства и методы в АФК (вербальные, идеомоторные и психорегуляторные и психорегулириющие, наглядные, технические и др.).

2. Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений: мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения, речи, эмоционально-волевой сферы, зрения, слуха, соматических заболеваний и др.

3. Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелазанья, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др.

4. Главная цель адаптивного физического воспитания – максимально возможная коррекция основного дефекта путем применения, средств и методов адаптивной физической культуры для подготовки инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья к жизни и доступной профессиональной деятельности.
Формы контроля. Вопросы для устного (письменного) опроса, тестирование.

Зачетно-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (экзамен/зачет)

Тестовые задания по дисциплине «Теория и организация адаптационной физической культуры»

Проверяемые компетенции:ПК-2; ПК-5)

1. В спорте выделяют:
А. Инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений.
Б. Олимпийский, дворовый, любительский.
В. Любительский, профессиональный, массовый.
Правильный ответ: А
2. Спорт это:
А. Диета, упражнения, правильное дыхание.
Б. Физические упражнения и тренировки.
В. Диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.
Правильный ответ: В
3. Отличительным признаком физической культуры является:
А. Правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений.
Б. Использование природных сил для восстановления организма.
В. Стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках.
Правильный ответ: А
4. Следует ли после длительной болезни приступать к разучиванию сложных гимнастических упражнений?
А. Да, в малом темпе.
Б. Нет.
В. Да, под присмотром тренера.
Правильный ответ: Б
5. Физическая культура представляет собой:
А. Определенную часть культуры человека.
Б. Учебную активность.
В. Культуру здорового духа и тела.
Правильный ответ: А
6. Под физической культурой понимается:
А. Воспитание любви к физической активности.
Б. Система нагрузок и упражнений.
В. Некоторый фрагмент деятельности человеческого общества.
Правильный ответ: В
7. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий, называются:
А. Скоростная способность.
Б. Двигательный рефлекс.

В. Физическая возможность.
Правильный ответ: А
8. Эффект физических упражнений определяется, прежде всего:
А. Их содержанием.
Б. Их формой.
В. Скоростью их выполнения.
Правильный ответ:А
9. Разновидность аэробики, особенностью которой является использование специальной платформы, называется:
А. Боди-балет.
Б. Степ-аэробитка.
В. Пилатес.
Правильный ответ:Б
10. Какие размеры теннисного стола указаны правильно?
А. Длина-2740 мм., ширина-1525 мм., высота-760 мм.
Б. Длина-2940 мм., ширина-1425 мм., высота-820 мм.
В. Длина-2540 мм., ширина-1625 мм., высота-720 мм.
Правильный ответ:А
11. Сколько подач подряд выполняет один игрок в настольном теннисе?
А. Две.
Б. Четыре.
В. Три.
Правильный ответ: А
12. Основные средства защиты из спортивных и восточных единоборств это:
А. Пауэрлифтинг.
Б. Бодибилдинг.
В. Атлетическое единоборство.
Правильный ответ:В
13. Какой гимнаст разработал популярную ныне систему тренировок “кроссфит”?
А. Майк Бургенер.
Б. Луи Симмонс.
В. Грег Глассман.
Правильный ответ: В
14. Влияние физических упражнений на организм человека:
А. Положительное, если эти упражнения выполняются регулярно, в правильном темпе, верной последовательности, а занимающийся не имеет противопоказаний, исключающих данные занятия.
Б. Нейтральное, даже если заниматься усердно.
В. Положительное, только в случае, если заниматься ими на пределе своих физических возможностей.
Правильный ответ: А
15. Главной причиной нарушения осанки является:
А. Малая подвижность в течение дня, неправильное поднятие тяжестей, часто принимаемая неправильная поза.
Б. Сутулость, сгорбленность, “страх” своего роста.
В. Слабые мышцы спины.
Правильный ответ: А
16. Одна из форм аэробики, в которой используется специальное покрытие и обувь, называется:
А. Ритмика.

Б. Слайд-аэробика.
В. Памп-аэробика.
Правильный ответ: Б
17. В каком году был проведен первый чемпионат мира по настольному теннису?
А.1929 г.
Б. 1926 г.
В.1931 г.
Правильный ответ: Б

18. Как называется одно из новых направлений в фитнесе, сочетающее в себе бокс, танец и пилатес?
А. Пилоксинг.
Б. Капоэйра.
В. Питабо.
Правильный ответ: А
Тест - 19. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время:
А. Спортивных игр с обилием быстрых движений.
Б. Бега с препятствиями.
В. Десятиборья.
Правильный ответ: А
20. Ритм, как комплексная характеристика техники физических упражнений, отражает:
А. Количество действий в единицу времени.
+ Б. Некоторый алгоритм распределения физических усилий, степень и скорость их изменения.
В. Скорость выполнения упражнений.
Правильный ответ: Б
21. У хорошо тренированных спортсменов с аэробной мощностью в 5 л/мин диффузная емкость легких по кислороду достигает
а) 95 мл/мин/мм рт. ст.
б) 75 мл/мин/мм рт. ст.
в) 35 мл/мин/мм рт. ст.
г) 45 мл/мин/мм рт. ст.
Правильный ответ: б
22. При физической нагрузке расход энергии может увеличиваться
а) в 55-60 раз.
б) в 35-40 раз.
в) в 15-20 раз.
г) в 10 раз.
Правильный ответ: в
23. После выполнения тяжелых нагрузок наблюдаются снижение pH до
а) 7,0.
б) 5,0.
в) 10.
г) 3,0.
Правильный ответ: а
24. У высокотренированных спортсменов после максимальной (особенно соревновательной) физической нагрузки молочная кислота иногда превышает
(один ответ)
а) 10 ммоль/л.
б) 30 ммоль/л.

в) 40 ммоль/л.
г) 20 ммоль/л.
Правильный ответ: 4
25. Энергия содержится в пище в виде питательных веществ –
а) белков, жиров.
б) жиров, углеводов.
в) белков, углеводов.
г) белков, жиров, углеводов.
Правильный ответ: г
26. В среднем объем кровотока в щитовидной железе равен
а) 2-2,5% минутного объема.
б) 1-1,5% минутного объема.
в) 5-6% минутного объема.
г) 6% минутного объема.
Правильный ответ: б
27. Мозг управляет всеми функциями организма, включая мышечные сокращения и активность желез внутренней секреции.
а) включая сердце и легкие.
б) включая активность желез внутренней секреции.
в) включая мышечные сокращения.
г) включая мышечные сокращения и активность желез внутренней секреции.
Правильный ответ: г
28. В коре головного мозга насчитывается до
а) до 80 миллиардов нервных клеток (нейронов).
б) 50 миллиардов нервных клеток (нейронов).
в) до 200 миллиардов нервных клеток (нейронов).
г) до 180 миллиардов нервных клеток (нейронов).
Правильный ответ: б
29. У здоровых мужчин сила икроножных мышц составляет
а) 57 ± 3,6 кг, у женщин - 38,3 ± 2,3 кг.
б) 157 ± 3,6 кг, у женщин - 138,3 ± 2,3 кг.
в) 27 ± 3,6 кг, у женщин - 18,3 ± 2,3 кг.
г) 37 ± 3,6 кг, у женщин - 48,3 ± 2,3 кг.
Правильный ответ: а
30. Проба Ромберга выявляет нарушение равновесия в положении
(один ответ)
а) лежа.
б) стоя.
в) сидя.
г) сидя и лежа.
Правильный ответ: б
31. При максимальной работе потребление кислорода составляет
(один ответ)
а) 5 %.
б) 25 %.
в) 50%.
г) 75% и выше.
Правильный ответ: 4
32. При субмаксимальной работе потребление кислорода составляет
а) от 20 до 55% от уровня МПК.

б) от 50 до 75% от уровня МПК.
в) от 0 до 15% от уровня МПК.
г) от 75 до 95% от уровня МПК.
Правильный ответ: б
33. При потреблении кислорода, составляющем 50% от уровня МПК, работа квалифицируется как
а) интенсивная
б) средняя
в) высокая
г) легкая
Правильный ответ: а
34. При потреблении кислорода, составляющем 25 % от уровня МПК, работа квалифицируется как
а) высокая
б) средняя
в) интенсивная
г) легкая.
Правильный ответ: г
35. Ациклические движения отличаются относительной
а) кратковременностью выполнения и чрезвычайным разнообразием форм.
б) длительностью выполнения и монотонностью.
в) кратковременностью выполнения и монотонностью.
г) монотонностью выполнения движений.
Правильный ответ: а
36. Циклические движения характеризуются
а) длительностью выполнения и монотонностью.
б) кратковременностью выполнения и чрезвычайным разнообразием форм.
в) монотонностью выполнения движений.
г) закономерным, последовательным чередованием и взаимосвязанностью отдельных фаз целостного движения (цикла) и самих циклов.
Правильный ответ: г
37. Физиологической основой циклических движений -
а) является динамический стереотип.
б) является функциональная система.
в) является ЦНС.
г) является ритмический двигательный рефлекс.
Правильный ответ: г
38. Основным источником энергии при субмаксимальной мощности являются
а) углеводы, в частности мышечный гликоген, не требующий для своего расщепления участия АТФ.
б) жиры.
в) белки.
г) жиры и белки.
Правильный ответ: а
39. Во время работы максимальной мощности
а) отмечаются предельные сдвиги в вегетативных функциях.
б) наблюдаются большие сдвиги в вегетативных функциях.
в) не выявляются сдвиги в вегетативных функциях.
г) не отмечается предельных сдвигов в вегетативных функциях.
Правильный ответ: г

40. Пульс на дистанциях от 100 до 400 м колеблется
а) от 170 до 190 в мин.
б) от 100 до 140 в мин.
в) от 140 до 160 в мин.
г) от 120 до 140 в мин.
Правильный ответ: а
41. При работе субмаксимальной мощности дыхательная функция
а) не изменяется.
б) изменяется не значительно.
в) изменяется после работы.
г) нарастает до максимума.
Правильный ответ: г
42. Для предупреждения гравитационного шока необходимо
а) после завершения соревновательной дистанции нужно сразу переходить на ходьбу.
б) после завершения соревновательной дистанции постепенно снижать скорость бега и переходить на ходьбу.
в) после завершения соревновательной дистанции нужно не снижать скорость бега и не переходить на ходьбу.
г) после завершения соревновательной дистанции нужно увеличить скорость бега.
Правильный ответ: б
43. Повышенный кислородный запрос, возникающий при работе максимальной и субмаксимальной мощности, приводит к мобилизации резервных возможностей крови в обеспечении работающих органов и тканей кислородом.
а) В крови уменьшается число эритроцитов и содержание гемоглобина.
б) В крови не изменяется число эритроцитов и содержание гемоглобина.
в) В крови увеличивается число эритроцитов и содержание гемоглобина.
г) В крови не значительно увеличивается число эритроцитов и содержание гемоглобина.
Правильный ответ: в
44. Продолжительность восстановительного периода после работы максимальной и субмаксимальной мощности
а) зависит главным образом от объема суммарной нагрузки и колеблется в широких пределах - от нескольких часов до нескольких суток.
б) колеблется пределах - от нескольких часов.
в) колеблется пределах суток.
г) колеблется пределах часа..
Правильный ответ: а
45. Временные границы зоны работы большой интенсивности находятся
а) между 2 и 10 мин.
б) между 50 - 100 мин.
в) между 1 -5 мин.
г) между 5 - 6 и 30 - 40 мин.
Правильный ответ: г
46. Главными причинами снижения мышечной работоспособности при выполнении работы большой мощности являются
а) высокая напряженность нейроэндокринной системы регуляции физиологических функций, накопление избыточного количества продуктов анаэробного метаболизма.
б) нарушение гомеостаза.
в) высокая напряженность нейроэндокринной системы регуляции физиологических функций.
г) накопление избыточного количества продуктов анаэробного метаболизма.

Правильный ответ: а
47. К работе умеренной мощности относятся циклические физические упражнения,
а) продолжающиеся более, 30- 40 мин, выполняемые с относительно небольшой скоростью.
б) продолжающиеся 10- 20 мин.
в) продолжающиеся 30 мин, выполняемые большой скоростью.
г) продолжающиеся более, 90- 120 мин, выполняемые с относительно небольшой скоростью.
Правильный ответ: а
48. Артериальное давление при работе умеренной мощности
а) увеличивается в пределах 185- 200 мм рт. ст.
б) увеличивается в пределах 150- 160 мм рт. ст.
в) увеличивается в пределах 160- 170 мм рт. ст.
г) увеличивается незначительно и колеблется в пределах 135- 150 мм рт. ст.
Правильный ответ: г
49. Психологически предстартовое состояние может проявляться в виде
а) боевой готовности, стартовой лихорадки или стартовой апатии.
б) боевой готовности.
в) стартовой лихорадки.
г) стартовой апатии.
Правильный ответ: а
50. Высокая функциональная готовность спортсмена к предстоящей работе достигается
а) отдыхом.
б) массажем.
в) разминкой.
г) плаванием.
Правильный ответ: в
51. В условиях покоя нормальной частотой сердечных сокращений является число сокращений в минуту:
1) 30-60
2) 60-90
3) 90-120
4) 120-150
Правильные ответы
2
52. Длина спинного мозга составляет:
1) 35-40 см
2) 40-45 см
3) 45-50 см
4) 50-55 см
Правильные ответы
2
53. Спинной мозг содержит сегментов:
1) 34
2) 33
3) 32
4) 31
Правильные ответы
4

54. Пищевые рефлексы (сосание, глотание, сокоотделение пищеварительных желез) осуществляются отделом мозга:
1) спинным
2) средним
3) продолговатым
4) таламусом
Правильные ответы
3
55. При полном повреждении (разрушении) продолговатого мозга наблюдается:
1) ухудшение функций дыхания и кровоснабжения
2) нарушение равновесия
3) нарушение пищеварения
4) гибель организма
Правильные ответы
4
56. Высшим подкорковым центром вегетативной нервной системы является:
1) мост
2) средний мозг
3) таламус
4) гипоталамус
Правильные ответы
4
57. Физиологическая функция -
1) проявления жизнедеятельности организма.
2) направлена на достижение полезного результата.
3) проявления жизнедеятельности организма и его частей, имеющие приспособительное значение и направленные на достижение полезного результата.
4) проявления жизнедеятельности организма и его частей, имеющие приспособительное значение.
Правильные ответы
3
58. В основе функции лежит обмен веществ, энергии и информации.
1) лежит обмен веществ, энергии и информации.
2) лежит обмен веществ.
3) лежит обмен энергии.
4) лежит обмен информации.
Правильные ответы
1
59. Управление физиологическими функциями осуществляется посредством передачи
1) данных.
2) свойств.
3) информации.
4) понятий.
Правильные ответы
1
60. Гомеостаз -
1) относительное динамическое постоянство внутренней среды и устойчивость физиологических функций организма.
2) устойчивость физиологических функций организма.
3) относительное динамическое постоянство внутренней среды

4) относительное статическое постоянство внутренней среды и устойчивость физиологических функций организма.
Правильные ответы
1
61 Спортивная медицина -
Один ответ
1) наука о биохимических процессах.
2) наука о природе, о существе жизненных процессов.
3) наука о морфологических особенностях организма.
4) наука о животных и растениях.
Правильные ответы
2
62. Исследование физического развития позволяет определять
Один ответ
1) формы тела.
2) формы, размеры и пропорцию частей тела, а также некоторые функциональные возможности организма.
3) размеры и пропорцию частей тела.
4) функциональные возможности организма.
Правильные ответы
2
63. Физиологическая функция -
Один ответ
1) проявления жизнедеятельности организма.
2) направлена на достижение полезного результата.
3) проявления жизнедеятельности организма и его частей, имеющие приспособительное значение и направленные на достижение полезного результата.
4) проявления жизнедеятельности организма и его частей, имеющие приспособительное значение.
Правильные ответы
3
64. В основе функции
Один ответ
1) лежит обмен веществ, энергии и информации.
2) лежит обмен веществ.
3) лежит обмен энергии.
4) лежит обмен информации.
Правильные ответы
1
65. Выдающаяся роль в исследовании функций мозга принадлежит
Один ответ
1) И. М. Сеченову (1829-1905), который в 1852 г. открыл явление торможения в ЦНС, что во многом определило последующие успехи исследований координации рефлекторной деятельности.
2) И. М. Сеченову (1829-1905), который в 1892 г. открыл явление торможения в ЦНС, что во многом определило последующие успехи исследований координации рефлекторной деятельности.
3) И. М. Сеченову (1829-1905), который в 1862 г. открыл явление торможения в ЦНС, что во многом определило последующие успехи исследований координации рефлекторной деятельности.

4) И. М. Сеченову (1829-1905), который в 1872 г. открыл явление торможения в ЦНС, что во многом определило последующие успехи исследований координации рефлекторной деятельности.
Правильные ответы
3
66. Официальной датой возникновения физиологии человека и животных как науки
Один ответ
1) принят 1528 г. - год выхода в свет трактата В. Гарвея «Анатомическое исследование о движении сердца и крови у животных».
2) принят 1728 г. - год выхода в свет трактата В. Гарвея «Анатомическое исследование о движении сердца и крови у животных».
3) принят 1628 г. - год выхода в свет трактата В. Гарвея «Анатомическое исследование о движении сердца и крови у животных».
4) принят 1828 г. - год выхода в свет трактата В. Гарвея «Анатомическое исследование о движении сердца и крови у животных».
Правильные ответы
3
67. На качественно новый уровень вывел теорию рефлекторной деятельности мозга
Один ответ
1) И. П. Павлов (1849-1936), создав учение о высшей нервной деятельности (поведении) человека и животных, ее физиологии и патологии.
2) И. П. Иванов (1849-1936), создав учение о высшей нервной деятельности (поведении) человека и животных, ее физиологии и патологии.
3) И. П. Петров (1849-1936), создав учение о высшей нервной деятельности (поведении) человека и животных, ее физиологии и патологии.
4) И. П. Сидоров (1849-1936), создав учение о высшей нервной деятельности (поведении) человека и животных, ее физиологии и патологии.
Правильные ответы
1
68. По словам И. П. Павлова, живой организм -
Один ответ
1) сложная обособленная система, внутренние силы которой постоянно уравновешиваются с внешними силами окружающей среды.
2) сложная обособленная система.
3) простая обособленная система, внутренние силы которой постоянно уравновешиваются с внешними силами окружающей среды.
4) надежная обособленная система, внутренние силы которой постоянно уравновешиваются с внешними силами окружающей среды.
Правильные ответы
1
69. Велика заслуга
Один ответ
1) И.П. Павлова (1875-1942) в изучении физиологии ЦНС. Его учение о доминанте - «основном принципе деятельности» мозга и поныне питает идеи организации целенаправленной деятельности человека.
2) А. А. Ухтомского (1875-1942) в изучении физиологии ЦНС. Его учение о доминанте - «основном принципе деятельности» мозга и поныне питает идеи организации целенаправленной деятельности человека.

3) А. А. Сеченова (1875-1942) в изучении физиологии ЦНС. Его учение о доминанте - «основном принципе деятельности» мозга и поныне питает идеи организации целенаправленной деятельности человека.
4) А. А. Анохина (1875-1942) в изучении физиологии ЦНС. Его учение о доминанте - «основном принципе деятельности» мозга и поныне питает идеи организации целенаправленной деятельности человека.
Правильные ответы
2
70. Управление физиологическими функциями осуществляется посредством передачи
Один ответ
1) данных.
2) свойств.
3) информации.
4) понятий.
Правильные ответы
3
71. Гомеостаз -
Один ответ
1) относительное динамическое постоянство внутренней среды и устойчивость физиологических функций организма.
2) устойчивость физиологических функций организма.
3) относительное динамическое постоянство внутренней среды
4) относительное статическое постоянство внутренней среды и устойчивость физиологических функций организма.
Правильные ответы
1
72. Отрицательные обратные связи
Один ответ
1) не повышают устойчивость биологической системы.
2) повышают устойчивость биологической системы - способность возвращаться к первоначальному состоянию после прекращения возмущающего воздействия.
3) способствуют возвращению к первоначальному состоянию после прекращения возмущающего воздействия.
4) не способствуют возвращению к первоначальному состоянию после прекращения возмущающего воздействия.
Правильные ответы
2
73. В организме обратные связи построены
Один ответ
1) по принципу иерархии (подчиненности) и дублирования.
2) по свободному принципу
3) по демократичному и свободному принципу.
4) по принципу все дозволено.
Правильные ответы
1
74. Представление о саморегуляции физиологических функций нашло наиболее полное отражение в теории функциональных систем, разработанной
Один ответ
А) академиком И.П. Павловым.
Б) академиком П. К. Анохиным.

В) академиков А.А. Ухтомским.
Г) академиком И.П. Бехтеревым.
Правильные ответы
2
75. Функциональные системы представляют собой
Один ответ
1) динамически складывающийся саморегулирующийся комплекс центральных и периферических образований, обеспечивающий достижение полезных приспособительных результатов.
2) статически складывающийся саморегулирующийся комплекс центральных и периферических образований, обеспечивающий достижение полезных приспособительных результатов.
3) динамически складывающийся не регулирующийся комплекс центральных и периферических образований, обеспечивающий достижение полезных приспособительных результатов.
4) динамически складывающийся не регулирующийся комплекс центральных и периферических образований, не обеспечивающий достижение полезных приспособительных результатов.
Правильные ответы
1
76. Раздражимость (реактивность) клеток -
Один ответ
1) это их не способность активно отвечать на внешнее воздействие той или иной формой деятельности.
2) это их способность (свойство) активно отвечать на внешнее воздействие той или иной формой деятельности.
3) это их способность не отвечать на внешнее воздействие той или иной формой деятельности.
4) это их способность (свойство) активно отвечать на внешнее воздействие той или иной формой деятельности, например, усилением метаболизма и роста, ускорением деления, выбросом секрета, движением, электрическим импульсом.
Правильные ответы
4
77. В качестве внешних воздействий, вызывающих возбуждение,
Один ответ
1) могут выступать механические, химические, звуковые и световые влияния.
2) могут выступать космические, химические, звуковые и световые влияния.
3) могут выступать динамические, химические, звуковые и световые влияния.
4) могут выступать статические, химические, звуковые и световые влияния.
Правильные ответы
1
78. Минимальная энергия (сила) раздражителя, необходимая для возбуждения клетки, называется пороговой (порогом).
Один ответ
1) называется оптимальной.
2) называется достаточной.
3) называется высокой.
4) называется пороговой (порогом).
Правильные ответы
4

79. Некоторые внешние воздействия могут вызывать в клетках реакции с отрицательным знаком (уменьшение метаболизма, роста, возбудимости по отношению к раздражителям).
Один ответ
1) Такие реакции называют торможением.
2) Такие реакции называют возбуждением.
3) Такие реакции называют проводимостью.
4) Такие реакции называют раздражимостью.
Правильные ответы
1
80.Явление торможения -
Один ответ
1) важный феномен, не используется в процессах интеграции и координации клеточных функций в многоклеточном организме.
2) важный феномен, широко используемый в процессах интеграции и координации клеточных функций в многоклеточном организме.
3) важный феномен, широко используемый в процессах интеграции.
4) важный феномен.
Правильные ответы
2
81. Гомеостаз в физиологии,
Один ответ
1) относительное динамическое постоянство состава и свойств внутренней среды и устойчивость основных физиологических функций организма человека.
2) относительное статическое постоянство состава и свойств внутренней среды и устойчивость основных физиологических функций организма человека.
3) относительное динамическое постоянство состава и свойств внутренней среды и не устойчивость основных физиологических функций организма человека.
4) не относительное динамическое постоянство состава и свойств внутренней среды и устойчивость основных физиологических функций организма человека.
Правильные ответы
1
82. Гомеостаз -
Один ответ
1) результат сложных не координационных и регуляторных взаимоотношений, осуществляемых как в целостном организме, так и на органном, клеточном и молекулярном уровнях.
2) результат сложных координационных и регуляторных взаимоотношений, осуществляемых как в целостном организме, так и на органном, клеточном и молекулярном уровнях.
3) результат сложных координационных и регуляторных взаимоотношений.
Б) результат сложных координационных и не регуляторных взаимоотношений, осуществляемых как в целостном организме, так и на органном, клеточном и молекулярном уровнях.
4) результат не сложных координационных и не регуляторных взаимоотношений, осуществляемых как в целостном организме, так и на органном, клеточном и молекулярном уровнях.
Правильные ответы
2
83. Гомеостаз обеспечивается
Один ответ

1) нейро-гуморальными, гормональными, барьерными и выделительными механизмами.
2) нейро-гуморальными.
3) гормональными.
4) выделительными механизмами.
Правильные ответы
1
84. Для человека массой тела 70 кг тканевая жидкость и лимфа составляют
Один ответ
1) до 30% (20-21 л), внутриклеточная жидкость - 60% (37-39 л) и плазма - около 15% (5,8-8,0 л).
2) до 30% (20-21 л), внутриклеточная жидкость - 40% (27-29 л) и плазма - около 5% (2,8-3,0 л).
3) до 50% (25-29 л), внутриклеточная жидкость - 30% (20-20 л) и плазма - около 10% (1,8-2,0 л).
4) до 10% (10-11 л), внутриклеточная жидкость - 20% (17-19 л) и плазма - около 5% (2,8-3,0 л).
Правильные ответы
2
85. Кровь состоит
Один ответ
1) из форменных элементов - эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов.
2) из жидкой части - плазмы.
3) из жидкой части - плазмы и форменного элемента - эритроцитов.
4) из жидкой части - плазмы и форменных элементов - эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов.
Правильные ответы
4
86. У взрослого человека форменные элементы крови
Один ответ
1) составляют около 40-48%, а плазма - 72-80%.
2) составляют около 20-28%, а плазма - 52-60%.
3) составляют около 40-48%, а плазма - 52-60%.
4) составляют около 80-88%, а плазма - 22-30%.
Правильные ответы
3
87. Основными функциями крови являются
Один ответ
1) транспортная, защитная и регуляторная.
2) защитная и регуляторная.
3) транспортная и защитная.
4) транспортная и регуляторная.
Правильные ответы
1
88. Кровь
Один ответ
1) не переносит необходимые для жизнедеятельности органов и тканей различные вещества.
2) переносит газы и продукты обмена.
3) переносит необходимые для жизнедеятельности органов и тканей различные вещества, газы и продукты обмена.

4) не переносит различные вещества, газы и продукты обмена.
Правильные ответы
3
89. С наличием в крови лейкоцитов связана
Один ответ
1) специфическая (иммунитет) и неспецифическая (главным образом фагоцитоз) защита организма.
2) специфическая (иммунитет) защита организма.
3) неспецифическая (иммунитет) и специфическая (главным образом фагоцитоз) защита организма.
4) неспецифическая (главным образом фагоцитоз) защита организма.
Правильные ответы
1
90. Благодаря регуляторной функции крови
Один ответ
1) осуществляется контроль за интенсивностью обменных процессов, регуляция гемопоэза и других физиологических функций.
2) осуществляется сохранение постоянства внутренней среды организма.
3) осуществляется сохранение постоянства внутренней среды организма, водного и солевого баланса тканей и температуры тела.
4) осуществляется сохранение постоянства внутренней среды организма, водного и солевого баланса тканей и температуры тела, контроль за интенсивностью обменных процессов, регуляция гемопоэза и других физиологических функций.
Правильные ответы
4
91. Какое звено рефлекторной дуги обеспечивает адекватность ответной реакции?
Один ответ
1) нервный центр.
2) обратная связь.
3) рабочий орган.
4) рецептор.
Правильные ответы
2
92. Что понимают под рецептивным полем рефлекса?
Один ответ
1) совокупность нервных клеток, принимающих участие в обеспечении рефлекторной реакции.
2) совокупность нервных клеток, обеспечивающих передачу импульса в нервный центр.
3) совокупность рецепторов рабочего органа.
4) совокупность рецепторов, раздражение которых вызывает определенный рефлекс.
Правильные ответы
4
93. Что такое регуляция?
Один ответ
1) обеспечение связи между отдельными частями организма, а также между организмом и внешней средой.
2) обеспечение взаимосвязи внутренних органов.
3) согласование деятельности центральной и периферической нервной системы.
4) обеспечение взаимосвязи желез внутренней секреции.
Правильные ответы

1
94. Что понимают под саморегуляцией?
Один ответ
1) форму регуляции, механизмы которой запускаются отклонением параметров регулируемой функции.
2) форму регуляции, механизмы которой направлены на обеспечение приспособления организма к условиям существования.
3) все механизмы регуляции функций организма.
4) регуляцию, осуществляемую посредством метаболитов.
Правильные ответы
1
95. Выберите из перечисленных ниже звенья рефлекторной дуги.
Один ответ
1) рецептор.
2) спинальный ганглий.
3) спинной мозг.
4) периферический ганглий.

Правильные ответы
1
96. Что называется возбудимостью?
Один ответ
1) сложный биофизический процесс, возникающий в ткани в ответ на действие порогового раздражителя и выражающийся в перезарядке мембраны.
2) способность ткани в ответ на действие достаточного по силе раздражителя отвечать возбуждением.
3) способность ткани в ответ на действие любого раздражителя отвечать возбуждением.
4) способность ткани воспроизводить максимально заданную частоту раздражителя в виде серии следующих друг за другом возбуждений без искажения ритма.
Правильные ответы
2
97. Как изменяется мембранный потенциал (потенциал покоя) при деполяризации мембраны клетки?
Один ответ
1) уменьшается.
2) увеличивается.
3) не изменяется.
4) становится равным нулю.
Правильные ответы
1
98. Как изменится мембранный потенциал (потенциал покоя) при гиперполяризации мембраны клетки?
Один ответ
1) уменьшится.
2) увеличится.
3) не изменится.
4) становится равным нулю.
Правильные ответы
2
99. Что называется порогом раздражения (возбуждения)?

Один ответ
1) минимальная сила раздражителя, способная вызвать в ткани локальный ответ.
2) минимальная сила раздражителя, способная вызвать в ткани процесс возбуждения.
3) раздражитель, способный вызвать в ткани процесс возбуждения.
4) раздражитель, способный вызвать в ткани критический уровень деполяризации.
Правильные ответы
2
100. Как объяснить зависимость амплитуды локального ответа от силы действующего раздражителя?
Один ответ
1) с увеличением силы действующего раздражителя уменьшается проницаемость мембраны для ионов натрия.
2) с увеличением силы раздражителя увеличивается проницаемость мембраны для ионов калия.
3) с увеличением силы раздражителя открывается большее количество медленных натриевых каналов.
4) с увеличением силы раздражителя замедляется работа Na+-K+-насоса.
Правильные ответы
3
101. Как отреагирует возбудимая ткань на воздействие постоянного тока, сила которого меньше 50% пороговой величины?
Один ответ
1) возникновением потенциала действия.
2) возникновением электротонического потенциала.
3) возникновением локального ответа.
4) реакции ткани не будет.
Правильные ответы
2
102. Как и почему изменяется возбудимость ткани при локальном ответе?
Один ответ
1) понижается, т.к. увеличивается мембранный потенциал.
2) повышается , т.к. увеличивается мембранный потенциал.
3) понижается, т.к. возрастает пороговый потенциал.
4) повышается, т.к. уменьшается пороговый потенциал.
Правильные ответы
4
103. Каков механизм фазы реполяризации?
Один ответ
1) поступление ионов калия в клетку и активация натрий-калиевого насоса.
2) поступление ионов калия и натрия в клетку.
3) выход калия из клетки и активация натрий-калиевого насоса.
4) поступление натрия в клетку и активация натрий калиевого насоса.

Правильные ответы
3
104. Как и почему изменится возбудимость ткани в фазу положительного следового потенциала?
Один ответ
1) повысится, т.к. увеличится мембранный потенциал.
2) понизится, т.к. уменьшится пороговый потенциал.

3) понизитс , т.к. увеличится пороговый потенциал.
4) повысится, т.к. уменьшится мембранный потенциал.
Правильные ответы
3
105. Различают следующие этапы реабилитации:
а) госпитальный санаторный
б) постельный санаторный
в) поликлинический, госпитальный
г) госпитальный, поликлинический, санаторно-курортный
Правильный ответ: г
106. Звуковые упражнения оказывают:
а) дренажное действие
б) корригирующее действие
в) расслабляющее действие
г) стимулирующее действие
Правильный ответ: а
107. Физические упражнения оказывают:
а) расслабляющее действие
б) стимулирующее действие
в) дренажное действие
г) все верно
Правильный ответ: г
108. К госпитальному этапу реабилитации относятся:
а) щадящий режим
б) щадяще-тренирующий режим
в) амбулаторный режим
г) строгий постельный режим
Правильный ответ: г
109. При спастических запорах используются упражнения:
а) на укрепление мышц брюшного пресса
б) на укрепление мышц спины
в) расслабляющие
г) с использованием разгрузочных исходных положений
Правильный ответ: г
110. При занятиях ЛФК при дискинезии желче-выводящих путей оптимальным является исходное положение:
а) лежа на левом боку
б) стоя
в) сидя
г) лежа на спине
Правильный ответ: а
111. Лечение положением используется:
а) при инфаркте
б) при инсульте
в) при бронхиальной астме
г) при переломе луча в типичном месте
Правильный ответ: б
112. Корригирующие упражнения используются:
а) для симметричного укрепления мышц
б) для расслабления мышц

в) для улучшения отхождения мокроты
г) для улучшения настроения
Правильный ответ: а
113. Дыхательные упражнения являются общеукрепляющими:
а) для больных с бронхиальной астмой
б) для больных с острой пневмонией
в) для больных с переломом луча в типичном месте
г) для больных с острым бронхитом
Правильный ответ: в
114. Ходьба закрытыми глазами является упражнением:
а) на равновесие и координацию
б) корригирующим
в) дренажным
г) изометрическим
Правильный ответ: а
115. Действие маховых упражнений способствует:
а) устранению болевого синдрома
б) улучшению настроения
в) улучшению откашливания мокроты
г) расслаблению мышц и увеличению объему движений
Правильный ответ: г
116. Динамические упражнения по степени активности делятся на:
а) активные и пассивные
б) диафрагмальные и дренажные
в) идеомоторные и симметричные
г) гимнастические и спортивные
Правильный ответ: а
117. Укажите средства, применяемые в ЛФК с использованием факторов природы:
а) лечебные ванны
б) воздушные ванны
в) антропометрия
г) динамометрия
Правильный ответ: б
118. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:
а) уровень АД
б) ЧСС
в) частота дыхания
г) вес, рост
Правильный ответ: б
119. Оптимальная моторная плотность при занятиях лечебной физкультурой:
а) 10%
б) 20%
в) 95%
г) 50%
Правильный ответ: г
120. Медленный темп упражнений при занятиях лечебной физкультурой рекомендуется:
а) при гипертонической болезни
б) при гипотонической болезни
в) при атанической колите
г) при колькулезном холицистите

Правильный ответ: а
121. Занятия лечебной физкультурой противопоказаны:
а) при инфаркте миокарда
б) при гипертонической болезни
в) в бессознательном состоянии
г) при инсульте
Правильный ответ: в
122. Специальные упражнения, применяемые для увеличения мышечного тонуса, являются:
а) упражнения с отягощением
б) упражнения на координацию
в) идеомоторные упражнение
г) упражнения на расслабление
Правильный ответ: а
123. Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:
а) профилактика пневмонии
б) предупреждение образования спаек
в) улучшение настроения
г) увеличение ЧСС
Правильный ответ: б
124. Лечебная гимнастика при пневмонии противопоказана:
а) при наличии одышки
б) при ЧСС более 130 уд./мин.
в) при температуре 37,5
г) при слабости
Правильный ответ: б
125. При заболевании желудочно-кишечного тракта оптимальным дыхательным упражнением является:
а) динамические
б) звуковые
в) дренажные
г) диафрагмальные
Правильный ответ: г
126. При грыже пищеводного отверстия диафрагмы противопоказаны:
а) прыжки
б) наклоны туловища вперед
в) приседания
г) повороты туловища на бок
Правильный ответ: б
127. При спланхноптозе противопоказаны:
а) прыжки и подскоки
б) наклоны
в) приседания
г) повороты туловища
Правильный ответ: а
128. Лечебная гимнастика при грыже пищеводного отверстия диафрагмы проводится:
а) сразу после еды
б) через 4 часа после еды
в) в любое время
г) через 2 часа после еды

Правильный ответ: г
129. Лечебная гимнастика противопоказана:
а) при плохом настроении
б) при кровотечении
в) при нарушении сна
г) при запорах
Правильный ответ: б
130. Оптимальным исходным положением при занятиях лечебной гимнастикой при холецистите является:
а) сидя
б) стоя
в) лежа на животе
г) коленно-локтевое
Правильный ответ: г
131. Нарушение осанки - это:
а) асимметрия мышечного тонуса
б) появление дуги искривления
в) появление торсии позвонков
г) уменьшение поясничного лордоза
Правильный ответ: а
132. Торсия позвонков наблюдается:
а) при остеохондрозе
б) при нарушениях осанки
в) при сколиотической болезни
г) при плоскостопии
Правильный ответ: в
133. Укажите упражнения, рекомендуемые больным в период иммобилизации, при переломе бедра:
а) пассивные упражнения на больную ногу
б) активные и пассивные упражнения для здоровой ноги
в) упражнения с сопротивлением
г) упражнения с отягощением
Правильный ответ: б
134. Лечебная гимнастика при артритах противопоказана:
а) при отечности суставов
б) при ограничении объема движений
в) при температуре 37
г) при резкой болезненности
Правильный ответ: г
135. Основной принцип лечебной гимнастики при нарушениях осанки:
а) индивидуальность
б) самостоятельные занятия
в) групповые занятия
г) систематичность
Правильный ответ: г
136. Основной задачей лечебной гимнастики при плече-лопаточном переартрите является:
а) восстановить движение в суставе
б) снизить температуру
в) улучшить настроение
г) восстановить мышечную силу

Правильный ответ: а
137. Специальными упражнениями при острой пневмонии являются:
а) корригирующие
б) симметричные
в) рефлекторные
г) дыхательные
Правильный ответ: г
138. Упражнения, тренирующие мышечную силу:
а) пассивные
б) дыхательные
в) облегчающие
г) на мелкие мышечные группы с сопротивлением и с отягощением
Правильный ответ: г
139. Медицинский массаж относится:
а) к физиотерапевтическому лечению
б) к мануальной терапии
в) к средствам лечебной физкультуры
г) к формам лечебной физкультуры
Правильный ответ: в
140. Должностная инструкция и нормы нагрузки инструктора ЛФК и врача по лечебной физкультуре регламентирована приказом МЗ СР РФ:
а) №337 от 2001 г.
б) №1030 от 2010 г.
в) №25 от 2009 г.
г) №330 от 2006 г.
Правильный ответ: а
141. Функциональные пробы позволяют оценить все перечисленное, кроме
а) состояния здоровья
б) уровня функциональных возможностей
в) резервных возможностей
г) психоэмоционального состояния и физического развития
Правильный ответ: г
142. К рациональному типу реакций на физическую нагрузку относится
а) нормотонический
б) гипотонический
в) гипертонический
г) ступенчатый
Правильный ответ: а
143. PWC_{170} (W_{170}) означает
а) работу при нагрузке на велоэргометре
б) работу при нагрузке на ступеньке
в) работу, выполненную за 170 секунд
г) мощность нагрузки при частоте сердечных сокращений 170 ударов в минуту
Правильный ответ: г
144. К необходимым показателям для расчета максимального потребления кислорода (л/мин) непрямым методом после велоэргометрии относятся
а) частота сердечных сокращений до нагрузки
б) максимальная частота сердечных сокращений и максимальная мощность велоэргометрической нагрузки в кгм/мин
в) мощность первой нагрузки в кгм/мин

г) мощность второй нагрузки в кгм/мин
Правильный ответ: б
145. Физиологическое значение велоэргометрического теста у обследуемых не включает определение
а) тренированности и психологической устойчивости
б) функционального состояния кардиореспираторной системы
в) аэробной производительности организма
г) общей физической работоспособности
Правильный ответ: а
146. Клиническими критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются
а) достижение максимально допустимой частоты сердечных сокращений
б) приступ стенокардии
в) падение систолического артериального давления или повышение АД более 200/120 мм рт.ст.
г) все перечисленное
Правильный ответ: г
147. Оптимальным режимом пульса, при котором следует прекратить физическую нагрузку, является
а) 120 в/мин
б) 140 в/мин
в) 150 в/мин
г) 170 в/мин
Правильный ответ: г
148. Мощность нагрузки при степ-эргометрии зависит от всего перечисленного, кроме
а) веса тела
б) высоты ступеньки
в) роста и жизненной емкости легких
г) количества восхождений в минуту
Правильный ответ: в
149. Оценка пробы Штанге у здоровых людн проводится после нагрузки
а) через 20 с
б) через 30 с
в) через 60 с
г) через 120 с
Правильный ответ: г
150. Оценка пробы Генчи у здоровых людей производится после нагрузки
а) через 15 с
б) через 10 с
в) через 15 с
г) через 30 с
Правильный ответ: г

Вопросы для подготовки к экзамену

1. АФК в системе высшего, среднего профессионального образования.

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

3. Основные отличия АФК от ФК, медицины, и других отраслей знаний и практической деятельности человека.

4. Понятия «культура», «физическая культура», «АФК», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция». Коррекционные задачи - основные задачи АФК. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций

опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.

5. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в АФК.

6. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами АФК.

7. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в АФК.

8. Краткая характеристика основных видов АФК

9. Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений осанки и плоскостопия у детей младшего школьного возраста.

10. Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений зрения у детей школьного возраста.

11. Типичные нарушения в двигательной сфере у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

12. Требования к личностным качествам и квалификации педагогаспециалиста по АФК.

13. Становление и развитие АФК в нашей стране. Основные этапы.

14. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.

15. Организационно-управленческая структура АФК в России и за рубежом. Государственные и общественные организациям.

16. Организация адаптивного физического воспитания в России.

17. АФК – составная часть комплексной реабилитации.

18. Всесторонне воспитание личности средствами и методами АФК. Умственно-интеллектуальное и нравственное воспитание на занятиях по АФК.

19. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека

20. Содержание важнейших педагогических функций АФК.

21. Социальные функции АФК. Особенности применения обще-методических и специально-методических принципов в АФК.

22. Средства и методы АФК, используемые в комплексной реабилитации.

23. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в АФК.

24. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в АФК.

25. Физическая нагрузка и отдых - структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических качеств и способностей инвалида.

26. Индивидуальные программы реабилитации инвалидов – основная предпосылка планирования в АФК.

27. Особенности текущего, этапного и циклического контроля в АФК.

28. Формирование и совершенствование мелкой моторики – важный компонент содержания АФВ.

29. Паралимпийское движение инвалидов, как модель спорта для инвалидов.

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

31. Нормативно-правовые основы деятельности учреждений АФК и спорта в России.

32. АФК и ее роль в формировании социального статуса инвалида.

33. Особенности врачебно-медицинского контроля в АФК.

34. Педагогический контроль за занимающимися различными видами АФК.

35. Показания и противопоказания для занятий АФК.

36. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся АФК.

37. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся адаптивным спортом.

38.Комплексная реабилитация средствами и методами АФК применяемая в коррекции нарушений осанки и плоскостопия у детей.

39. Психодиагностические методики в АФК.

40. Показания и противопоказания для занятий АФК.

41. Спортивно-медицинские классификации инвалидов с различными поражениями.

42. Спортивно-медицинская классификация инвалидов-ампутантов.

43. Спортивно-медицинская классификация инвалидов с травмами и заболеваниями спинного мозга.

44. Спортивно-медицинская классификация для лиц с последствием ДЦП.

45. Спортивно-медицинская классификация «Прочих» инвалидов.

46. Спортивно-медицинская классификация в практике Специальной олимпиады.

47. История возникновения и развития Паралимпиады.

48. История возникновения и развития адаптивного спорта глухих.

49. История возникновения и развития Специальной олимпиады.

50. Особенности адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

51. Особенности адаптивного физического воспитания детей с интеллектуальной недостаточностью.

52. Диагностика физического развития школьников с ограниченными возможностями здоровья.

53. Диагностика сопутствующих заболеваний у школьников (различных нозологических групп).

54. Методы обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).

55. Средства восстановления в адаптивном спорте.

56. Использование методов психорегуляции в занятиях АФК.

57. Особенности физического развития школьников различных нозологических групп.

58.. Формы организации АФК.

59. Развитие физических способностей школьников различных нозологических групп.

60. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе.

4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Устный опрос

Одной из форм текущего контроля является устный опрос, позволяющий оценить освоение лекционного материала.

Критерии оценивания устного опроса:

– полнота и правильность ответа;

– степень осознанности, понимания изученного;

– языковое оформление ответа.

Обучающему засчитывается результат ответа при устном опросе, если обучающийся дает развернутый ответ, который представляет собой связное, логически

последовательное сообщение на заданную тему, показывает его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

И не засчитывается, если обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Практическая работа

Практическая работа представляет собой перечень заданий, которая охватывает основные разделы дисциплины «Преодоление кризисных периодов развития детей и подростков». Практическая работа предназначена для контроля теоретических знаний и эффективности решения профессиональных задач.

Каждая практическая работа должна быть выполнена и сдана в установленные сроки. В период экзаменационной сессии работы на проверку не принимаются.

Критерии оценки практической работы:

– аккуратность выполнения;

– выполнение в положенные сроки;

– психологическая грамотность;

– ответ, подтверждающий эффективность решения профессиональной задачи.

Оценка «отлично» ставится, если аккуратно и в указанные сроки правильно, с описанием всех этапов решения выполнено более 90% заданий.

Оценка «хорошо» ставится, если аккуратно и в указанные сроки правильно выполнено от 65% до 90% заданий, при этом допущены не принципиальные ошибки.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если практические работы выполняются не систематично, при решении допускаются ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 50% заданий, практические работы сдаются не в установленные сроки.

Исходя из полученной оценки, студенту начисляются рейтинговые баллы (в процентах от максимально возможного количества баллов)

Практические задачи и кейсы

Студентам предлагают осмыслить реальную жизненную ситуацию, описание которой одновременно отражает не только какую-либо практическую проблему, но и актуализирует определенный комплекс знаний, который необходимо усвоить при разрешении данной проблемы. При этом сама проблема не имеет однозначных решений Предлагаемые студентами решения могут быть оценены по степени эффективности, по степени риска, по обоснованности решения, по затратам ресурсов, но при этом самые разные решения будут правильными, соответствующими заданию. Таким образом, учебный материал подается студентам в виде ситуаций (кейсов), а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

При решении задач формируются различные компетентности:

– отрабатываются коммуникативные навыки – точно выражать свои мысли;

– уметь слушать других, аргументировано высказывать точку зрения, подбирать контраргументацию и пр.;

– развиваются презентационные умения и навыки по представлению информации;

– вырабатывается уверенность в себе и в своих силах;

– формируются устойчивые навыки рационального поведения в условиях неполной информации при решении комплексных проблем;

– приобретаются экспертные умения и навыки, необходимые для оценки деятельности персонала;

– осуществляются самооценка и на ее основе самокоррекция индивидуального стиля общения и поведения;

– осваиваются партнерские отношения и приобретаются навыки сотрудничества и т.д.

Тестовые задания

Тест представляет собой набор тестовых заданий, отражающих вопросы по аттестуемому разделу или в целом по учебной дисциплине. Из предложенных вариантов ответов необходимо отметить правильный (один или более в зависимости от поставленного вопроса). Отметки о правильных вариантах ответов в тестовых заданиях делаются разборчиво. Неразборчивые ответы не оцениваются, тестовое задание считается не выполненным.

При тестировании используется 100-процентная шкала оценки. Исходя из полученной, оценки студенту начисляются рейтинговые баллы (в процентах от максимально возможного количества баллов).

Оценка «отлично» ставится, если выполнено более 90% тестовых заданий.

Оценка «хорошо» ставится, если выполнено от 65% до 90% тестовых заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если выполнено 50% -64% тестовых заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 50% тестовых заданий (баллы при этом не начисляются)

Экзамен

Экзамен – форма промежуточной аттестации, в результате которого обучающийся получает оценку в четырехбальной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Основой для определения оценки на экзаменах служит объём и уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины.

Итоговая оценка учитывает совокупные результаты контроля знаний. Экзамен проводится по билетам в устной форме в виде опроса. Содержание билета два теоретический вопроса.

Студенты обязаны сдать экзамен в соответствии с расписанием и учебным планом. Экзамен по дисциплине преследует цель оценить сформированность требуемых компетенций, работу студента за курс, получение теоретических знаний, их прочность, развитие творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умение применять полученные знания для решения практических задач.

Форма проведения экзамена определяется в рабочей программе дисциплины. Студенту предоставляется возможность ознакомления с рабочей программой дисциплины. Экзаменатор имеет право задавать студентам дополнительные вопросы по всей учебной программе дисциплины. Время проведения экзамена устанавливается нормами времени. Результат сдачи экзамена заносится преподавателем в экзаменационную ведомость и зачетную книжку.

Оценка «отлично» выставляется студенту, обнаружившему всестороннее систематическое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять практические задания, освоившему основную литературу и знакомому с дополнительной литературой, рекомендованной программой, студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившему творческие способности в понимании и использовании учебно- программного материала.
Оценка «хорошо» выставляется студенту, обнаружившему полное знание учебно-программного материала, успешно выполнившему предусмотренные программой задачи, усвоившему основную рекомендованную литературу, показавшему систематический

характер знаний по дисциплине и способному к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющемуся с выполнением заданий, предусмотренных программой, студентам, обладающим необходимыми знаниями, но допустившим неточности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

5.1 Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред. проф. Евсеева С. П. — М. : Советский спорт, 2014. — 304 с. — URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51905

5.2 Дополнительная литература:

Юречко, О. В. Лечебная физическая культура в профилактике и коррекции нарушений осанки у детей школьного возраста [Электронный ресурс] учеб. пособие / О. В. Юречко. – Благовещенск : Благовещенский гос. пед. ун-т, 2015 – 128 с. – URL: http://elibrary.ru/item.asp?id=24933912

5.3. Периодические издания:

1. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=56927

2. Культура физическая и здоровье. URL: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name

3. Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta.

4. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822

5. Физическая культура, спорт – наука и практика. URL: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name .

6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013; https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name.

7. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

При изучении дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» студенты часть материала должны проработать самостоятельно. Роль самостоятельной работы велика.

Планирование самостоятельной работы студентов по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» необходимо проводить в соответствии с уровнем подготовки студентов к изучаемой дисциплине. Самостоятельная работа студентов распадается на два самостоятельных направления: на изучение и освоение теоретического лекционного материала, и на освоение методики решения практических задач.

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием.

Консультация – активная форма учебной деятельности в педвузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определенной теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов.

Основной частью самостоятельной работы студента является его систематическая подготовка к практическим занятиям. Студенты должны быть нацелены на важность качественной подготовки к таким занятиям. При подготовке к практическим занятиям студенты должны освоить вначале теоретический материал по новой теме занятия, с тем чтобы использовать эти знания при решении задач. Затем просмотреть объяснения решения примеров, задач, сделанные преподавателем на предыдущем практическом занятии, разобраться с примерами, приведенными лектором по этой же теме. Решить заданные примеры. Если некоторые задания вызвали затруднения при решении, попросить объяснить преподавателя на очередном практическом занятии или консультации.

Для работы на практических занятиях, самостоятельной работы во внеаудиторное время, а также для подготовки к экзамену рекомендуется использовать методические рекомендации к практическим занятиям. Предлагаемые методические рекомендации адресованы студентам, изучающим дисциплину «Теория и организация адаптивной физической культуры», обучающимся как по рейтинговой, так и по традиционной системе контроля качества знаний.

Данные методические рекомендации содержат учебно-методический материал для проведения практических занятий.

При подготовке к контрольным работам и тестированию необходимо повторить материал, рассмотренный на практических занятиях.

При подготовке к коллоквиумам студентам приходится изучать указанные преподавателем темы, используя конспекты лекций, рекомендуемую литературу, учебные пособия Ответы на возникающие вопросы в ходе подготовки к коллоквиуму и контрольной работе можно получить на очередной консультации.

Ряд тем и вопросов курса отведены для самостоятельной проработки студентами. При этом у лектора появляется возможность расширить круг изучаемых проблем, дать на самостоятельную проработку новые интересные вопросы. Студент должен разобраться в рекомендуемой литературе и письменно изложить кратко и доступно для себя основное содержание материала. Преподаватель проверяет качество усвоения самостоятельно проработанных вопросов на практических занятиях, контрольных работах, коллоквиумах и во время экзамена. Затем корректирует изложение материала и нагрузку на студентов.

Для получения практического опыта решения задач по дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» на практических занятиях и для работы во внеаудиторное время предлагается самостоятельная работа в форме практических работ.

Контроль над выполнением и оценка практических работ осуществляется в форме собеседования.

Таким образом, использование всех рекомендуемых видов самостоятельной работы дает возможность значительно активизировать работу студентов над материалом курса и повысить уровень их усвоения.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий

– Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.

– Использование электронных презентаций при проведении практических занятий.

7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Google Chrome »
5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»
6. Программа файловый архиватор «7-zip»
7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»
8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС Издательства «Лань» : сайт. - URL: http://e.lanbook.com.

3. ЭБС «ЮРАЙТ» - коллекция книг : сайт. – URL: https://www.biblio-online.ru;

4. ЭБС «BOOK.ru» - коллекция книг : сайт. – URL: http://www.book.ru;

5. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: https://www.monographies.ru/.

6. Научная электронная библиотека «eLibrary.ru» : сайт. – URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp.

7. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на русском языке): «Издания по общественным и гуманитарным наукам»; «Статистические издания России и стран СНГ»; «Издания по педагогике и образованию»; «Издания по информационным технологиям»] : сайт. – URL: http://dlib.eastview.com.

8. Федеральная информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) : сайт. - URL: http://fcior.edu.ru.

10. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. – URL: http://school-collection.edu.ru.

11. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации : сайт. – URL: http://publication.pravo.gov.ru/.

12. Энциклопедиум : Энциклопедии. Словари. Справочники // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

13. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.128.113/marcweb/index.asp.

14. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: http://www.consultant.ru (доступ в локальной сети филиала).

15. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: http://www.lexed.ru.

16. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования [дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное] : сайт. – URL: http://window.edu.ru.

17. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. – URL: http://www.gramota.ru

18. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

19. Словарь финансовых и юридических терминов [полнотекстовый ресурс свободного доступа] // КонсультантПлюс : справочно-правовая система : сайт. – URL: http://www.consultant.ru/law/ref/ju_dict

20. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About.

21. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования : сайт. – URL: http://elibrary.ru.

22. Web of Sciense (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: http://webofknowledge.com.

23. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

24. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. - URL: https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270

25. Научная педагогическая электронная библиотека [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: http://elib.gnpbu.ru/.

26. Библиографические базы данных Института научной информации по общественным наукам Российской академии наук (ИНИОН РАН) [политематический ресурс открытого доступа]. – URL: http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/

27. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» / ИД «Первое сентября». – URL: https://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/

28. Лаборатория педагогического мастерства. – URL: https://nsportal.ru/lpm

29. Инфоурок : образовательный портал. – URL: https://infourok.ru/

30 metod-kopilka.ru : библиотека методических материалов для учителя. – URL: https://www.metod-kopilka.ru/

31. Обучонок. Обучающие программы и исследовательские работы учащихся. – URL: http://obuchonok.ru/

32. Лаборатория гуманной педагогики. – URL: https://nsportal.ru/gp

8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

№	Вид работ	Наименование учебной аудитории, ее оснащенность оборудованием и техническими средствами обучения
1	Лекционные занятия	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
2	Семинарские занятия	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
3	Лабораторные занятия	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
4	Групповые (индивидуальные) консультации	Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО)
5	Текущий контроль (текущая аттестация)	Учебная аудитория для проведения текущего контроля, оснащенный персональными ЭВМ и соответствующим программным обеспечением (ПО)
6	Самостоятельная работа	Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет»,программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду филиала университета. Читальный зал библиотеки филиала.