

Министерство образования и науки РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Вятский государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ  
Председатель приемной комиссии,  
и.о. ректора ВятГУ  
В.Н. Пугач  
Протокол заседания  
приемной комиссии  
от 29.04.2016 № 7

**ПРОГРАММА  
КОМПЛЕКСНОГО ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

по программе магистратуры 49.04.02 «Физическая культура для лиц  
с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль) «Адаптивная физическая реабилитация»

## 1. Пояснительная записка

Программа вступительного испытания включает материалы для проверки знаний и компетенций в магистратуру по направлению подготовки 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

Цель вступительного испытания: определить степень освоения поступающими в магистратуру системы базовых знаний по адаптивной физической культуре, полученными им при профессиональной подготовке или в процессе самостоятельной работы, включающих знания методологических основ, фундаментальных теорий, концепций, закономерностей адаптивной физической культуры, необходимых для обучения по программе магистратуры.

Задачи вступительного испытания:

- проверить знание методологических основ адаптивной физической культуры;

- выявить способность к методологическому анализу основных понятий и концепций в области адаптивной физической культуры;

- установить степень подготовленности поступающих к проведению исследований в области адаптивной физической культуры.

Требования к поступающему:

Должен знать:

1. Теорию и методику физической культуры
2. Теорию и организацию адаптивной физической культуры.
3. Частные методики адаптивной физической культуры

Должен уметь:

1. Проводить методологический анализ основных понятий и теорий в области адаптивной физической культуры.

2. Анализировать актуальные проблемы и достижения в области адаптивной физической культуры.

Должен владеть:

1. Исследовательскими навыками, включающими навыки применения современных методов математической обработки данных.

2. Представлениями о возможных способах и формах организации адаптивной физической культуры.

Программа вступительного испытания предполагает выявление у поступающих наличие базовых общекультурных и профессиональных компетенций.

Вступительный экзамен по направлению должен выявить умения бакалавров использовать знания, полученные в процессе изучения дисциплин (медико-биологических, психолого-педагогических, гуманитарных, общепрофессиональных, социально-экономических и других) для решения практических задач в области адаптивной физической культуры. Ответы на вопросы теории и практики физкультурно-спортивной деятельности должны содержать глубокое обоснование с позиций других дисциплин, связанных с квалификацией бакалавр адаптивной физической культуры. Программа к вступительному экзамену по направлению составлена с учетом требований к уровню подготовки выпускников по направлению «49.04.02 – Физическая культура» ФГОС ВО третьего поколения.

В соответствии с изложенным, содержание Программы предусматривает преемственность по отношению к требованиям профессионально образовательной программы, включает основные разделы блоков дисциплин учебного плана, а также перечень вопросов вступительного экзамена по специальности без подробного раскрытия их тем, однако с указанием материалов каких дисциплин необходимо использовать при ответе. Программа вступительного экзамена обуславливает возможность организации ответов на вопросы билета, по логически построенной схеме, с учетом межпредметных связей, характеризующих общепрофессиональные: медико-биологические, психолого-педагогические, социально-экономические и др. особенности будущей профессиональной деятельности.

Проблемы, выносимые на вступительный экзамен, имеют комплексный характер и включают в себя различные (теоретические, медико-биологические, исторические, управленческие, организационно-методические и пр.) аспекты практики бакалавра по адаптивной физической культуре.

Контрольные задания вступительного экзамена должны содержать в экзаменационном билете не менее 3-х вопросов, составленных, как правило, из набора:

- теории и методики физической культуры;
- теории и организации адаптивной физической культуры;
- частных методик адаптивной физической культуры.

Ответ должен быть научно обоснованным, опираться на соответствующие закономерности теории и практики адаптивной физической культуры, логически увязанным, аргументированным, излагаться с учетом принятого понятийного аппарата.

## **II. Содержание основных учебных модулей и их разделов**

### **Раздел 1. Теория физической культуры**

#### **Отправные определения проблематики курса теории физической культуры**

##### **Постановка задач.**

«Теория и методика физической культуры», опираясь на такие дисциплины, как педагогика, психология, анатомия человека, физиология человека, сама выступает как фундаментальная система знаний, является базисной системой знаний для подготовки и проведения занятий по базовым видам двигательной деятельности и методике обучения, теории и организации адаптивной физической культуры, частным методикам адаптивной физической культуры и технологиям физкультурно-спортивной деятельности.

##### ***Тема 1.1. Введение в теорию и методику физической культуры***

Исходные понятия, предмет и проблематика курса

Физическая культура как вид культуры

##### ***Тема 1.2. Общие основы теории и методики физической культуры***

Цель, задачи и общие принципы функционирования системы физической культуры в обществе

Средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека

Общепедагогические и специфические принципы занятий физическими упражнениями

Обучение двигательным действиям

Развитие физических способностей

Воспитание личностных качеств занимающихся в процессе физкультурных занятий

Формы построения занятий физическими упражнениями

Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями

### ***Тема 1.3 Теория и методика физической культуры в основных сферах жизнедеятельности в различные периоды возрастного развития человека***

Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста

Физическая культура в средних профессиональных образовательных учреждениях

Физическая культура студенческой молодежи

Физическая культура людей молодого и зрелого возраста

Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста

### ***Тема 1.4. Теория и методика спорта***

Сущность спорта, его роль, формы и условия функционирования в обществе

Спортивные результаты

Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность спортсменов

Основные разделы и стороны подготовки спортсмена в процессе тренировки

Структура и методика построения подготовки спортсменов

Ориентация и отбор спортсменов в системе многолетней подготовки

Планирование, контроль и учет в подготовке спортсменов

## **Раздел 2. Теория и организация адаптивной физической культуры**

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» «Теория и организация адаптивной физической культуры», опираясь на такие дисциплины, как теория и методика физической культуры, педагогика, психология, психология развития, анатомия человека, физиология человека, комплексная реабилитация больных и инвалидов, общая патология и тератология, частная патология, специальная педагогика и специальная психология, сама выступает как фундаментальная система знаний.

Таким образом, теория и организация адаптивной физической культуры является базисной системой знаний для подготовки и проведения занятий по базовым видам двигательной деятельности и методикам обучения, частным методикам адаптивной физической культуры, технологиям физкультурно-спортивной

деятельности, дисциплинам специализаций, а также для педагогических практик по специальности и специализации.

### **Тема 2.1. Введение в специальность адаптивная физическая культура**

Адаптивная физическая культура в системе высшего и среднего профессионального образования. Интеграция образовательных программ – современная тенденция в высшей и средней школе. Системы повышения квалификации и переподготовки кадров по адаптивной физической культуре.

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики. Основные виды адаптивной физической культуры. Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре. Содержание и особенности деятельности студента и будущего специалиста по адаптивной физической культуре.

### **Тема 2.2. История адаптивной физической культуры**

Основной социальный закон функционирования и развития адаптивной физической культуры – ее обусловленность экономическим и социально-политическим строем общества. Становление и развитие адаптивной физической культуры как продвижение по магистральному направлению – от лечебного к рекреативному и от него к спортивным видам адаптивной физической культуры.

Магистральное направление развития адаптивной физической культуры в России. Развитие отдельных видов адаптивной физической культуры у инвалидов различных нозологических групп в нашей стране. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.

### **Тема 2.3. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья**

Комплексная реабилитация – как процесс обеспечения готовности к реализации образа жизни, который бы не вступал в противоречие с образом жизни здоровых (нормально развивающихся) людей. Социальная интеграция инвалидов как составляющая часть общего процесса социальной интеграции – процесса установления оптимальных связей между социальными институтами, группами, эшелонами власти и управления. АФК как путь адаптации человека к общественным нормам, ролям, функциям и способ «завоевания» конкретного социального пространства.

### **Тема 2.4. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры**

Реализация принципов воспитания личности в процессе адаптивной физической культуры.

Методы формирования нравственного сознания и практического приучения (наглядный пример, методы убеждения; одобрения, похвала и осуждение, порицание, неодобрение; поощрение и наказание).

Умственное (интеллектуальное), нравственное, эстетическое, трудовое, волевое, экологическое и другие виды воспитания в процессе занятий адаптивной физической культурой. Взаимодействие специалиста по адаптивной физической культуре с учителями (преподавателями) по другим учебным дисциплинам, врачами и психологами образовательных учреждений. Воспитание самостоятельности и независимости.

### **Тема 2.5. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры**

Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека: целостность организма, структура и функция, реактивность организма, причинно-следственная связь, адаптация организма, компенсация – как адаптационная реакция организма, движение – основа жизнедеятельности.

Основные положения гуманистической психологии в контексте практической деятельности в области адаптивной физической культуры.

### **Тема 2.6. Функции адаптивной физической культуры**

Адаптивная физическая культура как многосложное функциональное явление, и ее влияние на различные стороны жизни всего общества и каждого человека, имеющего физические, интеллектуальные, сенсорные и другие стойкие дефекты.

Характеристика важнейших педагогических и социальных функций.

### **Тема 2.7. Принципы адаптивной физической культуры**

Принципы (основные установочные положения) адаптивной физической культуры в деятельности специалиста в данной сфере социальной практики.

Три основных группы принципов адаптивной физической культуры: социальные, общеметодические и специальнометодические.

### **Тема 2.8. Задачи и средства адаптивной физической культуры**

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.

Задачи компенсации функций организма в случае невозможности коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений.

Задачи профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений при наличии тех или иных дефектов. Традиционная группа задач АФК (образовательные, воспитательные, оздоровительные).

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

### **Тема 2.9. Методы адаптивной физической культуры**

Метод – как способ, путь достижения поставленной цели. Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физиче-

ской культуре. Методы развития физических качеств и координационных способностей.

### **Тема 2.10. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре**

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

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

Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц в состоянии здоровья. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.

### **Тема 2.11. Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья**

Основные закономерности развития физических способностей. Педагогические принципы развития физических способностей. Две стратегические линии: 1) развития отстающих физических способностей («укрепления слабого звена»); 2) совершенствование наиболее сильных сторон моторики («навстречу природе»), их комплексное применение в адаптивной физической культуре.

Методы развития физических способностей. Приоритетная роль игрового метода в коррекции двигательных нарушений.

### **Тема 2.12. Планирование и комплексный (медико-психолого-педагогический) контроль за состоянием занимающихся**

Особенности текущего, этапного и циклового педагогического контроля в адаптивной физической культуре.

Медико-психологический контроль за занимающимися, осуществляемый внешними по отношению к педагогическому процессу организациями: государственной службой медико-социальной экспертизы, врачебно-физкультурными диспансерами, национальными и международными комиссиями по спортивно-медицинской классификации (в адаптивном спорте).

### **Тема 2.13. Адаптивное физическое воспитание**

Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов. Особенности адаптивного физического воспитания в организациях и учреждениях систем здравоохранения, образования, социального обеспечения.

Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся.

#### **Тема 2.14. Адаптивная двигательная рекреация**

Конкретизация цели и задач адаптивной физической рекреации, ее ведущих функций и принципов. Средства и отличительные черты методики адаптивной двигательной рекреации различных социально-демографических групп населения.

#### **Тема 2.15. Адаптивный спорт**

Конкретизация цели и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов. Особенности трех основных направлений развития адаптивного спорта в мире. Адаптивный спорт как путь к повышению уровня качества жизни инвалидов и приобщения их к здоровому стилю жизнедеятельности.

Упражнения избранного вида адаптивного спорта, общей и специальной физической подготовки – основные средства тренировки инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Естественно-средовые гигиенические факторы, их роль в адаптивном спорте. Технические средства, обеспечивающие двигательную деятельность в адаптивном спорте (коляски, протезная техника и др.).

#### **Тема 2.16. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики и экстремальные виды двигательной активности**

Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущих функций и принципов. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практик. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов двигательной активности.

### **Раздел 3. Частные методики адаптивной физической культуры**

Сложность преподавания частных методик адаптивной физической культуры состоит в том, что эта дисциплина многопрофильная. Она изучает нозологические группы инвалидов с нарушением зрения, слуха, интеллекта, поражением опорно-двигательного аппарата: с последствиями детского церебрального паралича, ампутацией конечностей, поражением функций спинного мозга.

В связи с многообразием нозологических групп, их широкого возрастного диапазона (дошкольный, школьный, молодежный, зрелый, пожилой), недостаточностью научных сведений обо всех категориях инвалидов в возрастном аспекте, начальным этапом изучения частных методик адаптивной физической культуры выбраны дошкольный и школьный возраст – как наиболее пластичный для воспитания и развития и наиболее организованный период жизни, связанный с образованием, становлением личности, формированием осознанного отношения к своему здоровью и приобщением к здоровому образу жизни.

Учитывая эти обстоятельства, разработана единая для всех нозологических групп структура преподавания частных методик адаптивной физической культуры, включающая три раздела:



- 1) медико-физиологическая и психологическая характеристика нозологической группы;
- 2) теоретические аспекты методики адаптивной физической культуры;
- 3) практические аспекты методики адаптивной физической культуры.

### ***Тема 3.1. Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры***

Цель, задачи, предмет, объект, формы и последовательность изучения. Частные методики – ведущая дисциплина практической и теоретической подготовки студента к профессионально-педагогической деятельности с детьми-инвалидами.

Медико-физиологические и психологические предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры.

Двигательная сфера детей с нарушениями в развитии.

Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии. Формы организации адаптивной физической культуры с детьми.

### ***3.2. Характеристика детей с депривацией зрения***

Характеристика функций зрительного анализатора. Основные зрительные дисфункции у детей школьного возраста. Комплектование групп по группам здоровья.

Задачи (образовательные, воспитательные, коррекционные, профилактические) и формы специального образования в школах III-IV видов.

Структура и содержание адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения. Роль и место адаптивной физической культуры в образовании незрячих и слабовидящих школьников (всестороннее развитие школьника, формирование навыков пространственной ориентировки и пр.).

### ***3.3. Особенности физического и психического развития детей с нарушением зрения***

Особенности развития психических процессов у детей с нарушением зрения. Характеристика внимания, памяти, мышления, восприятия, пространственной ориентировки.

Характеристика физического развития детей. Сопутствующие заболевания и вторичные отклонения в физическом развитии незрячих и слабовидящих детей. Типичные нарушения двигательной сферы. Причины и факторы, обуславливающие возникновение вторичных отклонений у незрячих и слабовидящих детей.

Показания и противопоказания к физическим нагрузкам. Регулирование психофизической нагрузки.

### ***3.4. Методы и методические приемы, используемые в адаптивном физическом воспитании детей с депривацией зрения***

Основные направления адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения: развитие, обучение, воспитание, коррекция, профилактика. Коррекционно-компенсаторная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения. Коррекция и профилактика нарушений

опорно-двигательного аппарата. Особенности использования сохранных анализаторов: остаточного зрения, слуха, осязания, обоняния, вибрации, температурной чувствительности и пр.

Методы обучения детей с депривацией зрения двигательным действиям: методы слова, наглядности, практических упражнений, дистанционного управления. Наглядные пособия, традиционный и нетрадиционный спортивный инвентарь. Требования к наглядным пособиям: доступность, объемность, контрастность, яркость.

### ***3.5. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения***

Структура и содержание урока. Учет основного и сопутствующих заболеваний, вторичных отклонений в состоянии здоровья детей. Учет возрастных и психических особенностей развития детей с нарушениями зрения. Охрана и развитие остаточного зрения, и использование сохранных анализаторов. Учет особенностей зрительного восприятия учебного материала в зависимости от характера и степени поражения зрительных функций.

Особенности организации и проведения подвижных игр с незрячими и слабовидящими детьми. Подбор подвижных игр и их адаптация к детям с недостаточностью зрения. Роль педагога в игре.

Организация занятий по плаванию. Формирование навыков пространственной ориентировки в водной среде.

### ***3.6. Характеристика нарушений слуха***

Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха. Классификация стойких нарушений слуха. Понятия «глухота» и «тугоухость». Причины нарушений слуха. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов. Сопутствующие заболевания, вторичные нарушения. Сочетанные нарушения.

### ***3.7. Особенности психофизического развития и двигательные способности детей с нарушением слуха***

Влияние нарушений слуха на психику ребенка, общение с людьми и окружающим предметным миром. Замедленность и снижение восприятия, мышления, памяти, воображения, познавательной деятельности. Особенности речевой функции при врожденной глухоте, получении дефекта до трех лет и после трех лет жизни. Функциональная взаимосвязь слуха, речи и движения. Отставания физического развития и двигательной сферы глухих и слабослышащих детей дошкольного и школьного возраста; замедленность овладения двигательными умениями и навыками по сравнению со слышащими сверстниками. Нарушения в развитии физических качеств и координационных способностей.

### ***3.8. Основные направления развития и коррекции двигательных и психических способностей***

Развитие координационных способностей: согласованности движений звеньев тела при выполнении гимнастических упражнений, ходьбы, бега, прыжков, метаний и др., развитие устойчивости к вестибулярным раздражителям, коррекция статического и динамического равновесия, ориентировки в про-

странстве, реагирующей способности, точности и ритма движений, мелкой моторики, расслабления. Развитие основных физических качеств: силовых, скоростных, скоростно-силовых, выносливости, гибкости, ловкости. Профилактика и коррекция нарушений осанки, плоскостопия, массы тела. Развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

### ***3.9. Особенности адаптивного физического воспитания глухих и слабослышащих детей***

Задачи, средства, методы, методические приемы обучения программным видам физических упражнений. Особенности восприятия учебного материала. Структура и особенности обучения глухих и слабослышащих детей двигательным действиям, приемы формирования знаний. Вербальные и наглядные методы обучения.

### ***3.10. Характеристика умственной отсталости***

Понятие, причины умственной отсталости. Формы умственной отсталости: легкая, умеренная, тяжелая, глубокая. Сочетанные дефекты. Сопутствующие заболевания, вторичные отклонения. Соотношение биологических и социальных факторов в психическом развитии умственно отсталых детей. Состояние сохранных функций, соматического здоровья.

### ***3.11. Особенности двигательных и психических способностей умственно отсталых детей***

Несформированность и отставание в развитии двигательной сферы, несовершенство управления движениями в зависимости от тяжести основного дефекта. Нарушения физического развития, координации движений и основных физических способностей. Характеристика психического развития – познавательной деятельности, восприятия, памяти, внимания, речи, эмоционально-волевой сферы.

### ***3.12. Основные направления коррекции двигательных и психических нарушений умственно отсталых детей***

Коррекция основных движений: бега, ходьбы, прыжков, метания, мелкой моторики; физических качеств: силовых, скоростных, выносливости, гибкости; координационных способностей: согласованности движений, ориентировки в пространстве, равновесия, расслабления, быстроты реагирования, ритмичности, дифференцировки усилий, времени и пространства; коррекция и профилактика соматических нарушений: осанки, плоскостопия, телосложения, дыхания; коррекция психических и сенсорных нарушений.

Подвижные игры как развлечение и метод целенаправленной коррекции и развития двигательных, психических, интеллектуальных способностей. Классификация подвижных игр.

### ***3.13. Общая характеристика заболевания детским церебральным параличом (ДЦП)***

Этиологические факторы, эпидемиология заболевания. Классификация основных форм ДЦП. Двигательные, психические, речевые нарушения, сопут-

ствующие заболевания, вторичные деформации, состояние сенсорных систем. Методические принципы физической реабилитации.

Задачи лечебной физической культуры, формы занятий. Основные и вспомогательные средства восстановительного лечения (лечебная гимнастика, ортопедические уклады, технические приспособления и тренажерные устройства, массаж, физиотерапия). Методы коррекции двигательных нарушений Бобат-терапии, Войта-терапии, иппотерапии, кинезотерапии, эрготерапии, упражнений в воде и лечебного плавания и др.

### ***3.14. Основные направления коррекции двигательных нарушений детей с ДЦП***

Коррекция поз, походки, осанки, координационных нарушений опорно-двигательного аппарата: симметричности движений, статического и динамического равновесия, мелкой моторики кисти и пальцев, дифференцировки усилий, времени и пространства, ритмичности движений. Формирование опороспособности верхних и нижних конечностей, вертикализации позы, коррекция порочных установок туловища и конечностей, коррекция контрактур.

Коррекция и развитие психических процессов - внимания, памяти, речи, представлений, ощущений, эмоционально-волевой сферы, воображения средствами физических упражнений и подвижных игр.

### ***3.15. Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП***

Дифференциация и индивидуализация средств, методов, методических приемов обучения двигательным действиям, коррекции двигательных нарушений при различных формах ДЦП. Методы активизации двигательной, познавательной, речевой, коммуникативной деятельности на уроке.

Принципы комплектования классов (групп), количественный состав. Индивидуальные и малогрупповые формы занятий. Задачи урока, подбор средств, методов, методических приемов их решения. Структура и продолжительность урока, распределение времени, динамика психофизической нагрузки и способы ее регулирования.

### ***3.16. Реабилитация детей с поражением спинного мозга***

Понятие о вертеброгенных миелопатиях. Заболевания позвоночника, вызывающие поражение спинного мозга: деформации, опухоли, аномалии развития, дегенеративные и воспалительные заболевания позвоночника. Основные факторы, вызывающие миелопатию: компрессия, ишемия, механическое повреждение.

Основные проявления миелопатии: полная или частичная утрата произвольных движений, чувствительности, нарушение функций тазовых органов и их характеристика.

Вторичные нарушения при миелопатии: вегетативные расстройства, спастичность мышц, контрактуры суставов, остеопороз и их профилактика.

### ***3.17. Методы двигательной реабилитации***

Методы реабилитационного лечения пациентов с поражением спинного мозга. Традиционные методы: лечебная гимнастика, массаж. Дополнительные технические методы: оксигаротерапия, электростимуляция мышц, вибростиму-

ляция мышц. Использование биологической обратной связи в реабилитации пациентов с поражением спинного мозга. Использование тренажеров.

Методы развития силы мышц. Уступающий и преодолевающий режимы. Развитие силы с помощью блочной системы (по Дикулю, 1992). Развитие силы и силовой выносливости с помощью биологической обратной связи (БОС).

### ***3.18. Методы тренировки спинальной локомоторной активности***

Представления о спинальных локомоторных генераторах. Методы инициации спинальной локомоторной активности. Методика проведения тренировок на тредмиле при вертикальной разгрузке.

Обучение ходьбе на основе раздельного восстановления спинальной локомоторной активности, вертикальной позы и произвольных движений, обеспечивающих шагание.

Обучение поддержанию вертикальной позы: снижение ортостатических реакций, тренировка силы мышц, спорности ног. Алгоритм реабилитационных мероприятий в зависимости от неврологического и адаптационного статуса пациента.

### ***3.19. Методика адаптивной физической культуры детей при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей***

Характеристика и отличительные особенности детских культур верхних и нижних конечностей. Возрастные изменения культур. Классификация врожденных пороков развития верхних конечностей.

Цели и задачи адаптивной физической культуры в реабилитационном процессе детей, перенесших ампутации или имеющих врожденные пороки развития конечностей.

Двигательная активность как средство повышения функциональных и адаптационно-компенсаторных возможностей детей с врожденными и ампутированными дефектами конечностей.

Подвижные и спортивные игры как средство коррекционного воздействия на детей с дефектами конечностей.

Занятия на тренажерах в реабилитационном процессе детей-инвалидов.

Плавание и коррекционно-оздоровительная гимнастика в воде.

### ***3.20. Роль родителей в воспитании ребенка-инвалида***

Характеристика семьи, воспитывающей ребенка-инвалида. Стили семейного воспитания. Роль матери в семье. Роль отца в воспитании ребенка с ограниченными возможностями. Формы работы с семьей.

Организация просветительской работы с семьями, воспитывающими ребенка-инвалида. Обучение родителей формам и методам двигательной активности и оздоровления ребенка-инвалида.

## **III. Перечень вопросов, выносимых на вступительный экзамен в магистратуру**

### **Раздел 1. Теория и методика физической культуры**

1. Цель, задачи и функции физической культуры.

2. Принципы физической культуры: социальные (общие), методические (обучение), специфические принципы спортивной тренировки. Дать характеристику социальных принципов: название, раскрыть содержание и пути реализации в процессе деятельности.

3. Физические упражнения как основное средство физической культуры: определение понятия; возникновение и развитие; факторы, определяющие эффект от воздействия физических упражнений и их педагогическое значение.

4. Содержание и форма физических упражнений, их взаимосвязь. Педагогические классификации физических упражнений: их значение и зависимости от решаемых педагогических задач.

5. Техника физических упражнений: определение понятия, что такое основа техники, фазы техники (подготовительная, основная или основное звено, заключительная фаза, детали техники).

6. Методы использования слова: значение, классификация, требования по их использованию. Особенности использования в различных возрастных группах и на различных этапах обучения.

7. Методы наглядного восприятия: значение, классификация, требования по их использованию. Особенности использования в различных возрастных группах и на различных этапах обучения.

8. Практические методы обучения: значение, классификация. Требования по их использованию, положительные и отрицательные стороны. Особенности использования в различных возрастных группах и на различных этапах обучения.

9. Принцип сознательности и активности: осмысление сущности двигательной активности и воспитание устойчивого интереса к ней. Значение инициативности, самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания. Правила при реализации этих принципов.

10. Принцип доступности: виды доступности (программно-нормативная и индивидуальная). Правила доступности.

11. Принцип систематичности и последовательности.

12. Двигательные умения как низший уровень владения двигательного действия и как функция сознания. Признаки двигательного умения.

13. Двигательный навык как высший уровень освоения двигательного действия и как функция сознания. Признаки двигательного действия.

14. Сила: определение понятия; факторы, определяющие проявление силовых способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силы. Виды силовых способностей. Задачи и средства силовой подготовки. Характеристика методов развития силы: метод «до отказа», метод максимальных усилий, изометрический (статический) метод.

15. Быстрота: определение понятия; факторы, определяющие развитие быстроты и скорости. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития быстроты реакции и движения. Задачи, средства и методы развития простой и сложной двигательных реакций.

16. Методика развития быстроты движений. Скоростной барьер и пути борьбы с ним.

17. Выносливость: определение понятия; формы проявления (утомления); факторы, определяющие развитие выносливости, виды выносливости. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.

18. Задачи, средства и методы развития общей (аэробные способности) выносливости.

19. Задачи, средства и методы развития специальной (анаэробные способности) выносливости.

20. Конспект урока. Разработка содержания урока (частные задачи, средства, дозировка нагрузки и методические приемы организации, воспитания и обучения). Оформление конспекта (представить развернутый конспект).

21. Планирование учебной работы. Сущность и значение. Технология планирования: требования к планированию и его основные документы.

22. Контроль на уроке: учет, оценка, проверка. Формы проверки: предварительная, текущая, заключительная. Разновидности контроля: учительский, взаимоконтроль, самоконтроль. Виды учета. Система оценивания: отметка, зачет, суждение.

23. Педагогический анализ (по рекомендуемой схеме) урока: подготовка учителя к уроку, его организационное обеспечение, деятельность учеников и учителя на уроке.

24. Микроцикл. Определение микроцикла, продолжительность. Последовательность планирования нагрузки по направленности воздействия. Типы микроциклов и их характеристика.

25. Построение средних циклов (мезоциклов).

26. Модели годичных циклов. Одноцикловые и многоцикловые. Преимущества многоциклового планирования. Планирование, организация и проведение спортивных соревнований.

27. Основные документы для проведения соревнований и отчетности.

28. Характеристика подготовительного периода (этапы, задачи, динамика нагрузок).

29. Характеристика соревновательного периода (этапы, задачи, динамика нагрузок).

30. Особенности организации тренировочной работы с женщинами и детьми.

## **Раздел 2. Теория и организация адаптивной физической культуры**

1. Главная цель и основные задачи креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры, их ведущие функции и принципы. Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) телесно-ориентированных практик.

2. Главная цель и основные задачи экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущие функции и принципы. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.

3. Цель, принципы, основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады. Виды адаптивного спорта, применяемые в Специальных Олимпиадах.

дах. Правила формирования «дивизионов», процедура награждения участвующих в соревнованиях игр Специальной Олимпиады.

4. Паралимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Паралимпийских игр.

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

6. История развития адаптивной физической культуры в нашей стране. Основные этапы.

7. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов. Организация адаптивного спорта в России.

8. Дайте краткую характеристику основным компонентам (видам) адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация).

9. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.

10. Определение понятия «тренажер». Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре. Способы воздействия тренажеров на занимающихся. Тандотерапия как средство и метод адаптивного физического воспитания.

11. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих, виды спорта.

12. Конкретизация цели и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов.

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

14. Средства адаптивной двигательной рекреации. Организованные и самодеятельные формы проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации.

15. Развитие и совершенствование выносливости и координационных способностей у инвалидов различных нозологических групп.

16. Развитие и совершенствование силовых и скоростных способностей у инвалидов различных нозологических групп.

17. Основные понятия и термины АФК. Охарактеризуйте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».

18. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре. Понятие ошибки и величины допустимых отклонений. Основные теоретические концепции «безошибочного» обучения.

19. Умственное (интеллектуальное), нравственное и эстетическое воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.

20. Основные закономерности развития физических качеств и способностей. Развитие и совершенствование гибкости у инвалидов различных нозологических групп.

21. Врачебно-медицинский и педагогический контроль в адаптивной физической культуре. Самоконтроль.



22. Предмет, цель и основные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации.

23. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры. Характеристика основных групп.

24. Требования к личностным качествам и к квалификации педагога – специалиста по адаптивной физической культуре.

25. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Индивидуальная образовательная «траектория» студента факультета адаптивной физической культуры.

26. Опишите социальные принципы адаптивной физической культуры. Приведите примеры их реализации. Особенности применения общеметодических принципов в адаптивной физической культуре. Специально-методических принципы адаптивной физической культуры.

27. Ведущие функции и принципы адаптивного физического воспитания.

28. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального и массового образования. Организация физической реабилитации.

29. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

30. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания.

### **Раздел 3. Частные методики адаптивной физической культуры**

1. Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры.

2. Характеристика детей с депривацией зрения.

3. Особенности физического и психического развития детей с нарушением зрения.

4. Методы и методические приемы, используемые в адаптивном физическом воспитании детей с депривацией зрения.

5. Методика адаптивной физической культуры детей с депривацией зрения.

6. Методика и организация подвижных игр с детьми с нарушением зрения.

7. Характеристика нарушений слуха.

8. Особенности психофизического развития и двигательные способности детей с нарушением слуха.

9. Основные направления развития и коррекции двигательных и психических способностей.

10. Особенности адаптивного физического воспитания глухих и слабослышащих детей.

11. Характеристика умственной отсталости.

12. Особенности двигательных и психических способностей умственно отсталых детей.

13. Основные направления коррекции двигательных и психических нарушений умственно отсталых детей.

14. Общая характеристика заболевания детским церебральным параличом.

15. Основные направления коррекции двигательных нарушений при детском церебральном параличе.
16. Нетрадиционные формы занятий с детьми с детским церебральным параличом.
17. Особенности адаптивного физического воспитания детей с детским церебральным параличом.
18. Оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой при детском церебральном параличе.
19. Реабилитация детей с поражением спинного мозга: характеристика патологии, оценка адаптационного и неврологического статуса.
20. Методы двигательной реабилитации детей с поражением спинного мозга.
21. Методы тренировки спинальной локомоторной активности.
22. Методика адаптивной физической культуры детей при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей: характеристика патологии, классификация врожденных пороков развития.
23. Методика адаптивной физической культуры детей при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей в различном возрасте.
24. Подвижные и спортивные игры как средство коррекционного воздействия на детей с дефектами конечностей.
25. Методические особенности занятий на тренажерах с детьми среднего и старшего школьного возраста с дефектами конечностей.
26. Методические особенности занятий плаванием с детьми школьного возраста с дефектами конечностей.
27. Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями.
28. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии.
29. Методы и формы работы с родителями детей с ограниченными возможностями.
30. Участие семьи в развитии двигательной активности детей с нарушениями в развитии.

#### **IV. Порядок проведения вступительного испытания**

Вступительное испытание проводится в письменной форме (тестирование). Каждый тест содержит 20 вопросов, относящихся к разным разделам программы вступительного испытания.

При подготовке к вступительному испытанию особое внимание следует уделить чтению рекомендованной литературы, в ходе которого следует обобщить и систематизировать имеющиеся знания.

Вступительный экзамен для магистратуры включает ключевые и практически значимые вопросы по дисциплинам общепрофессиональной и специальной подготовки.

## V. Литература

### Основная:

1. Теория и методика физической культуры [Текст] : учеб. для студ. вузов, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 521900 Физ. культура, спец. 022300 Физ. культура и спорт / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - 4-е изд., стер. - М. : Сов. спорт, 2010. - 464 с.

2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по направлению 032100 Физ. культура и по спец. 032101 Физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Сов. спорт, 2010. - 340 с.

3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 480 с.

4. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст] : [учеб. пособие] / Б.Х. Ланда. - [4-е изд., испр. и доп.]. - М. : Сов. спорт, 2011. - 244 с. – 25 экз.

5. Физическая культура: учеб. для вузов. – М.: Юрайт, 2013

6. Теория и организация адаптивной физической культуры. Т. 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. 032102 Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура) и студ. техникумов и колледжей, обучающихся по спец. 050721 Адаптив. физ. культура / под общ. ред. С.П. Евсеева. - 3-е изд., стер. - М. : Сов. спорт, 2003, 2010. - 291 с. – 25 экз.

7. Теория и организация адаптивной физической культуры. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. 032102 Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура) и студ. техникумов и колледжей, обучающихся по спец. 050721 Адаптив. физ. культура / под общ. ред. С.П. Евсеева. - М. : Сов. спорт, 2009. - 448 с. – 25 экз.

8. Балашова В.Ф. Теория и организация АФК (тест-контроль знаний):уч.пос.- М.:ФК,2009.-192 с.

9. Евсеева О.Э. и др. АФК в геронтологии: уч.пос.-М.:Сов.спорт,2010.-164 с.

10. Брискин Ю.А. и др. Адаптивный спорт: учеб.пос.-М.: Сов.спорт,2010.-316 с.,ил.

11. Панфилов О.П. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура. Учеб.пособие для вузов.- Владос, 2014.-400 с.

12. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Л.В. Шапкина. – 2012 г.

13. Лепёшкина С.В. Физическое воспитание 5-6 -летних детей с логоп.нарушениями:уч.пос.-Малаховка,2010.

14. Ростомашвили Л.Н. Адаптивное физич.воспитаниедетей со сложными наруш.развития:уч.пос.-М.,2009.-224 с.

15.Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двиг.системы/ред.С.П.Евсеев:уч.пос.-М.,2010.

16. Панфилов О.П. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура. Учеб. пособие для вузов. - Владос, 2014. - 400 с.

#### Дополнительная

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2003, 2009. - 480 с.

2. Визитей, Н.Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений [Текст] / Н.Н. Визитей. - М. : Сов. спорт, 2009. - 184 с.

3. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В. М. Зациорский. - М. : Сов. спорт, 2009. - 200 с.

Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст] : [учеб. пособие] / Б.Х. Ланда. - [4-е изд., испр. и доп]. - М. : Сов. спорт, 2008. - 244 с.

4. Теория и организация адаптивной физической культуры. Т. 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. 032102 Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура) и студ. техникумов и колледжей, обучающихся по спец. 050721 Адаптив. физ. культура / под общ. ред. С.П. Евсеева. - 3-е изд., стер. - М. : Сов. спорт, 2003, 2010. - 291 с.

5. Теория и организация адаптивной физической культуры. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов [Текст] : учеб. для студ. вузов, обучающихся по спец. 032102 Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура) и студ. техникумов и колледжей, обучающихся по спец. 050721 Адаптив. физ. культура / под общ. ред. С.П. Евсеева. - М. : Сов. спорт, 2007, 2009. - 448 с.

6. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Л.В. Шапкова. – 2007 г.

[http://medobook.ru/load/medicina/massazh\\_i\\_reabilitacija/chastnye\\_metodiki\\_adaptivnoj\\_fizicheskoy\\_kultury\\_shapkova\\_1\\_v\\_2007\\_g/18-1-0-947](http://medobook.ru/load/medicina/massazh_i_reabilitacija/chastnye_metodiki_adaptivnoj_fizicheskoy_kultury_shapkova_1_v_2007_g/18-1-0-947)

Шапкова, Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник / Л.В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2003. – 464 с.

<http://www.mirknig.com/knigi/zdorovie/1181207497-chastnye-metodiki-adaptivnoj-fizicheskoy-kultury.html>

## VI. Порядок проведения вступительного испытания

Вступительное испытание проводится в форме письменного тестирования. Время работы с тестом – 45 минут.

## **VII. Примерный тест вступительного испытания**