

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

Институт непрерывного образования российских и иностранных граждан

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор ИНО

Е.Л. Сырцова

« 28 » февраля 2020 г.

рек. № 03-04-2020-0227-033

**Рабочая программа  
учебной дисциплины**

«Научно-методическое и психолого-педагогическое сопровождение  
физической и адаптивной физической культуры и спорта»

дополнительной профессиональной программы –  
программы повышения квалификации

«Научно-методическое и психолого-педагогическое сопровождение  
физической и адаптивной физической культуры и спорта»

Киров, 2020

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями дополнительной профессиональной программы «Научно-методическое и психолого-педагогическое сопровождение физической и адаптивной физической культуры и спорта»

Рабочая программа разработана:

Анфилатова Ольга Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО «ВятГУ»

© Вятский государственный университет, 2020

© Анфилатова Ольга Викторовна, 2020

# 1. Рабочая учебная программа

## 1.1 Пояснительная записка

Актуальность и значение учебной дисциплины «Научно-методическое и психолого-педагогическое сопровождение физической и адаптивной физической культуры и спорта» определяется возросшим интересом к сфере физической и адаптивной физической культуры и спорта.

### Цели и задачи учебной дисциплины

Цель учебной дисциплины	обновление и совершенствование профессиональной компетентности преподавателей (учителей, педагогов, тренеров) в условиях введения и реализации федеральных государственных образовательных стандартов и профессиональных стандартов педагога и тренера.
Задачи учебной дисциплины	<p><i>Уровень умений и навыков</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– изучить особенности применения технологий в условиях внедрения ФГОС общего и среднего образования;</li><li>– выявить наиболее эффективные педагогические технологии формирования компетенций обучающихся по учебным предметам и спортсменов, занимающихся разными видами спорта;</li><li>– изучить особенности организации и проведения уроков тренировочных занятий;</li><li>– содействовать формированию и совершенствованию навыков разработки и организации форм обучения в основном общем и среднем общем образовании, в тренировочном и реабилитационном процессах.</li></ul> <p><i>Уровень ключевых компетентностей.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– сформировать умение организовывать совместную деятельность с коллегами;</li><li>– проводить анализ своей интеллектуальной, педагогической, тренировочной и реабилитационной деятельности.</li></ul> <p><i>Уровень базовых компетентностей.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– сформировать у слушателей:<ol style="list-style-type: none"><li>1) умение обеспечивать квалифицированное методическое сопровождение процесса обучения;</li><li>2) мотивировать самообразовательную деятельность слушателей в области физической и адаптивной физической культуры и спорта.</li></ol></li></ul> <p><i>Уровень специальных компетентностей.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– сформировать умение осуществлять экспертизу содержательной и технологической характеристик современных методов обучения;</li><li>– сформировать умение управлять деятельностью школьников на уроках и спортсменов на тренировочных занятиях, проводимых с использованием современных технологий обучения.</li></ul>

## Компетенции слушателя, формируемые в результате освоения учебной дисциплины / модуля

В результате освоения учебной дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

Виды деятельности	Профессиональные компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
Педагогическая	ПК 1: Способность осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ.	Владеть навыками для осуществления педагогической деятельности по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ.	Уметь разрабатывать и реализовывать способы проектирования и реализации основных общеобразовательных программ с использованием инновационных образовательных технологий	Знать базовые принципы проектирования и реализации основных общеобразовательных программ
Физкультурно-оздоровительная	ПК 2: Способность применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности и разрабатывать целевые тренировочные программы и планы подготовки спортсменов различной квалификации	Выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки; внедрения современных, в том числе новейших, методик подготовки спортсменов по программам этапа совершенствования спортивного мастерства; разработки комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе	Проводить методически обоснованный отбор в группы этапа совершенствования спортивного мастерства; повышать спортивную мотивацию и волю к победе спортсмена - участника спортивных соревнований; пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	Основ законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийских антидопинговых правил, утвержденных федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговых правилах, утвержденных международными антидопинговыми организациями)

Физкультурно-оздоровительная	ПК 3: Способность проводить занятия по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам )	<p>Определение задач и содержания группового или индивидуального занятия по адаптивной физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей лица или группы;</p> <p>Разработка плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по утвержденным программам и методикам адаптивного физического воспитания;</p> <p>Проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам адаптивного физического воспитания;</p> <p>Регулирование физической нагрузки занимающихся;</p> <p>Обеспечение безопасности занимающихся при проведении занятий адаптивной физической культурой</p>	<p>Умение обучать лица с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп владению навыками и техникой выполнения упражнений, формировать нравственно-волевые качества;</p> <p>Контролировать двигательную активность и физическое состояние занимающихся;</p> <p>Своевременно выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов;</p> <p>Оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;</p>	<p>Знание теории и методики адаптивной физической культуры;</p> <p>Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;</p> <p>Современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма;</p> <p>Гигиенические основы физического воспитания;</p> <p>Показания и противопоказания к проведению занятий по адаптивной физической культуре;</p> <p>Порядок составления плана проведения индивидуального и группового занятия;</p> <p>Порядок проведения врачебного контроля и способы оказания доврачебной медицинской помощи</p>
------------------------------	---	--	--	--

## 1.2 Содержание учебной дисциплины

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Форма обучения	Общий объем (трудоемкость) часов	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час					Самостоятельная работа, час	Форма промежуточной аттестации
		Всего	Лекции	Практические (семи-	Лабораторные занятия	Консультации		

				нарские) занятия				
очная	34	34	10	8	-	-	16	Зачет

### Тематический план

№ п/п	Основные темы учебной дисциплины	Часы		Самосто- ятельная работа
		Лекции	Практи- ческие (семинар- ские)	
1.	Общая характеристика педагогических методов исследо- вания в физической культуре и спорте	2		1
2.	Основы спортивной тренировки	2		1
3.	Психология лиц с ОВЗ	2		2
4.	Основы обучения лиц с ОВЗ		2	2
5.	Психофизиологические особенности спортсменов разного возраста, особенности построения тренировочного про- цесса		2	2
6.	Комплексный подход к применению средств адаптивных видов спорта в процессе физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья		2	2
7.	Использование различных направлений фитнеса (на при- мере фитбола) на занятиях по физической культуре в вузе.		2	2
8.	Современные технологии физической реабилитации	2		2
9.	Теория и организация адаптивной физической культуры	2		2
	<b>Итого:</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>16</b>

### Матрица соотнесения тем учебной дисциплины и формируемых в ней компетенций

Темы учебной дисциплины	Коли- чество часов	КОМПЕТЕНЦИИ		
		ПК-1	ПК-2	ПК-3
Тема 1. Общая характеристика педагогических методов исследования в физической культуре и спорте	3	+	+	
Тема 2. Основы спортивной тренировки	3	+	+	
Тема 3. Психология лиц с ОВЗ	4		+	+
Тема 4. Основы обучения лиц с ОВЗ	4		+	+

Тема 5. Психофизиологические особенности спортсменов разного возраста, особенности построения тренировочного процесса	4	+	+	
Тема 6. Комплексный подход к применению средств адаптивных видов спорта в процессе физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья	4		+	+
Тема 7. Использование различных направлений фитнеса (на примере фитбола) на занятиях по физической культуре в вузе.	4	+	+	
Тема 8. Современные технологии физической реабилитации	4			+
Тема 9. Теория и организация адаптивной физической культуры	4			+
Итого:	34			

### **Краткое содержание учебной дисциплины:**

#### **Научно-методическое и психолого-педагогическое сопровождение физической и адаптивной физической культуры и спорта**

#### **Тема 1. Общая характеристика педагогических методов исследования в физической культуре и спорте.**

Понятие методов исследования. Анализ научно-методической литературы. Анализ документальных и архивных материалов. Педагогическое наблюдение. Беседа, интервью, анкетирование. Антропометрические измерения. Контрольные измерения, тесты. Экспертное оценивание. Хронометрирование. Педагогический эксперимент. Методы математической статистики.

#### **Тема 2. Основы спортивной тренировки**

Цель, задачи и характерные черты подготовки спортсмена. Средства спортивной подготовки, их общая характеристика. Основные принципы, реализуемые в спортивной тренировке, их значение в деятельности тренера. Основные группы методов, используемых в подготовке спортсменов и их назначение. Критерии выбора методов спортивной тренировки. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физических упражнений, их виды. Приемы дозирования и регулирования нагрузки в практике спортивной тренировки. Методы, используемые в процессе физической подготовки спортсмена: строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения.

#### **Тема 3. Психология лиц с ОВЗ**

Концепция нарушенного развития в специальной психологии. Классификация лиц с ограниченными возможностями здоровья. Психология лиц с умственной отсталостью. Психология лиц с деменцией. Психология лиц с

ЗПР. Психология лиц с нарушениями зрения. Психология лиц с нарушениями слуха. Психология лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Психология лиц с психопатиями и шизофренией. Психология лиц с аутистическими расстройствами. Патологические психические состояния занимающихся.

#### **Тема 4. Основы обучения лиц с ОВЗ**

Методология и принципы специального обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья. Система специального образования лиц с ограниченными возможностями здоровья. Адаптация образовательных программ и учебно-методического обеспечения инклюзивного высшего образования. Цели и задачи создания и реализации адаптированных образовательных программ высшего образования. Структура адаптированных образовательных программ. Разработка отдельных компонентов адаптированных программ. Разработка адаптационных модулей

#### **Тема 5. Психофизиологические особенности спортсменов разного возраста, особенности построения тренировочного процесса**

Психологическая подготовка спортсмена с целью достижения высоких результатов и надежности выступления в соревнованиях. Методы и средства психологической подготовки. Построение психической подготовки с использованием определенных принципов. Общепринятая градация свойств темперамента, которые определяют занятия теми или иными видами спорта.

#### **Тема 6. Комплексный подход к применению средств адаптивных видов спорта в процессе физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья**

Организация процесса физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – как одна из важнейших общечеловеческих и государственных задач, стоящих перед современным обществом; условия эффективности применения средств адаптивных видов спорта в процессе физической реабилитации людей с ОВЗ – индивидуальный подход к выбору средств восстановительно-тренировочной программы, чередование интенсивности, объема, характера физических нагрузок, комплексное разнообразие средств и методов, дозированное применение спортивных физических упражнений, в зависимости от двигательных возможностей пациента, характера его заболевания или травмы, возраста, этапа лечения.

#### **Тема 7. Использование различных направлений фитнеса (на примере футбола) на занятиях по физической культуре в вузе**

Общездоровьесберегающая подготовка. Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями. Развитие физических качеств у студентов. Практическое занятие по общездоровьесберегающей подготовке с использованием футбола. Упражнения направлены на развитие силы, координации и гибкости.



Нагрузка на занятиях с фитболами. Индивидуальный и дифференцированный подход на занятиях.

### **Тема 8. Современные технологии физической реабилитации**

Понятие физической реабилитации. Структура физической реабилитации, особенности составления реабилитационных программ, современные технологии физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах.

### **Тема 9. Теория и организация адаптивной физической культуры**

Основные понятия адаптивной физической культуры. Основные компоненты адаптивной физической культуры, особенности составления реабилитационных программ, современные технические средства адаптивной физической культуры.

## **2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **2.1. Методические рекомендации для преподавателя**

Выбор методов и средств обучения, образовательных технологий осуществляется преподавателем исходя из необходимости достижения обучающимися планируемых результатов освоения дисциплины, а также с учетом индивидуальных возможностей обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Организация учебного процесса предусматривает применение инновационных форм учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества (включая, при необходимости, проведение интерактивных лекций, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

### **2.2. Методические указания для слушателей**

Успешное освоение учебной дисциплины предполагает активное, творческое участие слушателей на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Слушатели обязаны посещать лекции и практические (семинарские) занятия, выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Содержание лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них слушатели получают основной объем информации по каждой конкретной

теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов, кроме того, они способствуют формированию у слушателей навыков самостоятельной работы с научной литературой.

Предполагается, что слушатели приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендуемым программой. Часто слушателям трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью практических (семинарских) занятий является проверка уровня понимания слушателями вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе, степени и качества усвоения материала; применение теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса и оказания помощи в его освоении.

Практические (семинарские) занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Конкретные пропорции разных видов работы в группе, а также способы их оценки определяются преподавателем, ведущим занятия.

На практических (семинарских) занятиях под руководством преподавателя слушатели обсуждают дискуссионные вопросы, отвечают на вопросы тестов, закрепляя приобретенные знания, выполняют лабораторные задания и т.п. Для успешного проведения лабораторного занятия слушателям следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки слушателей к практическим (семинарским) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, слушатель может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (семинарские) занятия предоставляют слушателю возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения, сформировать определенные навыки и умения и т.п.

Самостоятельная работа слушателей включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение задач и т.п.), которые ориентированы на более глубокое

усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины преподаватель предлагает слушателям перечень заданий для самостоятельной работы. Самостоятельная работа по учебной дисциплине может осуществляться в различных формах (например: подготовка докладов; написание рефератов; публикация тезисов; научных статей; подготовка и защита проекта; другие).

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно либо группой и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Регулярно рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.

Результатом самостоятельной работы должно стать формирование у слушателей определенных компетенций.

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущей аттестации в течение периода обучения.

Процедура оценивания результатов освоения учебной дисциплины осуществляется на основе действующего Положения об организации текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ВятГУ.

Для приобретения требуемых компетенций, хороших знаний и высокой оценки по дисциплине слушателям необходимо выполнять все виды работ своевременно в течение всего периода обучения.

### **3. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины**

#### **Основная литература**

1. Авдеева, М. С. Использование различных направлений фитнеса на занятиях по физической культуре в вузе / М. С. Авдеева, М. Г. Микрюкова: учебно-методическое пособие. – Киров: ВятГУ, 2017. – 68 с.
2. Верхало, Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов. – М.: Советский спорт, 2009. – 120 с.
3. Дмитриев, А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – М.: Академия, 2002. – 176 с.
4. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова: учебное пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по специальностям 022500 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), и 0323 – Адаптивная физическая культура. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
5. Кузнецов, И. Н. Основы научных исследований / И. Н. Кузнецов : учеб. пособие. – М. : Дашков и К, 2013. – 284 с.
6. Кузьмина, Е. А. Спорт в системе реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья / Е. А. Кузьмина, И. А. Ульянова, Л.

В. Тхоржевская и др.: учебно-методическое пособие. – СПб: ЧОУ ВО «Институт специальной педагогики и психологии», 2015. – 127 с.

7. Лисовский, В. А. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитации больных инвалидов / В. А. Лисовский, С. П. Евсеев, В. Ю. Гапофеевский, А. Н. Мироненко : учебное пособие // под ред. профессора Евсеева С. П. – М. : Советский спорт, 2013. – 320 с.

8. Новиков, Александр Михайлович. Методология научного исследования / А. М. Новиков, Д. А. Новиков : учеб.-метод. пособие. – Изд. 2-е. – М. : URSS, 2013. – 272 с.

9. Физическая реабилитация и спорт инвалидов : норматив. правовые док., механизмы реализации, практ. опыт, рекомендации / сост. А. В. Царик. – 2-е изд., доп. и испр.. - Москва : Советский спорт, 2003. – 576 с.

10. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2009. – 480 с.

11. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры / Л. В. Шапкова // под ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.

12. Якимов, А. М. Основы тренерского мастерства: учебно-методическое пособие. – М.: Терра – Спорт, 2003. – 176 с.

#### Дополнительная литература

1. Авдеева, М. С. Физическая культура / М. С. Авдеева, Т. В. Беличева, С. Н. Тимофеева, Е. Г. Тупицына: учебное пособие. – Киров, ВятГУ, 2018. – 92 с.

2. Врублевский, Е. П. Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита / Е. П. Врублевский, О. Е. Лихачев, Л. Г. Врублевская: учебное пособие. – М.: Физкультура и Спорт, 2011. – 228 с., ил.

3. Егорова С.А. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.А. Егорова. - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 176 с.

4. Жиленкова, В.П. Организационные основы адаптивной физической культуры инвалидов с поражением опорнодвигательного аппарат / В. П. Жиленкова // под ред. С. П. Евсеева: учеб. Пособие. – СПб.: Изд-во ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. – 83 с.

5. Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений / Р.М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2019. – 370 с.

6. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления / Р. М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2016. – 754 с.

7. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – М.: Питер, 2018. - 352 с.

8. Китаева, М. В. Психология победы в спорте / М. В. Китаева. - М.: Феникс, 2019. - 208 с.

9. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры: учебник [текст] / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.

10. Мищенко, Н. В. Применение упражнений аэробной направленности на занятиях по физической культуре в вузе/ Н. В. Мищенко, М. С. Авдеева: учебное пособие. – Киров, ВятГУ, 2017. – 62 с.
11. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
12. Психология и современный спорт: Сборник научных работ психологов спорта социалистических стран. - М.: Физкультура и спорт, 2014. – 328 с.
13. Путь в науку: учебно-методическое пособие/ под ред. О. В. Туляковой. – Киров. – 2010. – 106 с.
14. Родионов, А. В. Психология детско-юношеского спорта / А. В. Родионов. – М.: Физическая культура, 2019. – 558 с.
15. Ряпина, В. О. Оптимизация процесса постнагрузочного восстановления футболистов-ампутантов с учетом характерных изменений психологического и физического состояния / В. О. Ряпина // Адаптивная физическая культура. – 2012. - №3 (51). – С. 48-51.
16. Сапего, А. В. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. В. Сапего. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 210 с.
17. Сафонов, В. К. Психология в спорте. Теория и практика / В. К. Сафонов. – М.: Издательство Санкт-Петербургского университета, 2018. – 232 с.
18. Тарасова, О. Л. Комплексная реабилитация больных и инвалидов [Электронный ресурс] : курс лекций / О. Л. Тарасова. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 152 с.
19. Ханин, Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 208 с.

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

Для выполнения практических заданий достаточно иметь любой интегрированный пакет программ и современный веб-браузер для работы с онлайн-сервисами.

**Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса**

**Перечень специализированных аудиторий (лабораторий)**

Вид занятий	Назначение аудитории
<i>Лекция</i>	<i>Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием</i>
<i>Практические (семинарские) занятия</i>	<i>Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием</i>
<i>Самостоятельная работа</i>	<i>Читальные залы библиотеки</i>

## Перечень специализированного оборудования

Перечень используемого оборудования	
интерактивная система со встроенным проектором Smart SB480 – 1	
системный блок (Intel Core i3 3.30GHz/2Gb/320Gb/DVD +/- RW) – 1	
колонки – 1	
мультимедийный проектор Casio XJ-F210WN-EJ Laser & LED, WXGA, 3500 lm, wireless – 1	

## Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по учебной дисциплине

№ п.п.	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО	Производитель ПО и/или поставщик ПО
1	Microsoft Office 365 Student Advantage	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами	ООО "Рубикон"
2	Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL Academic.	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями	ООО "СофтЛайн" (Москва)
3	Windows 7 Professional and Professional K	Операционная система	ООО "Рубикон"
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение	ООО «Рубикон»
5	Информационная система КонсультантПлюс	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации	ООО «КонсультантКиров»
6	Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации	ООО «Гарант-Сервис»
7	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.	Microsoft

### 4. Материалы, устанавливающие содержание текущего контроля успеваемости (ТКУ) и самостоятельной работы слушателей

#### *Формы ТКУ:*

- собеседование;
- тест;
- лабораторная работа.

#### *Формы самостоятельной работы:*

- конспектирование;
- реферирование литературы;
- аннотирование книг, статей;

- выполнение заданий поисково-исследовательского характера;
- углубленный анализ научно-методической литературы;
- работа с лекционным материалом: проработка конспекта лекций, работа на полях конспекта с терминами, дополнение конспекта материалами из рекомендованной литературы;
- практические занятия: выполнение задания в соответствии с инструкциями и методическими указаниями преподавателя, получение результата.

## **5. Материалы, устанавливающие содержание и порядок проведения промежуточных аттестаций**

К сдаче зачета допускаются все слушатели, проходящие обучение на данной ДПП, вне зависимости от результатов текущего контроля успеваемости и посещаемости занятий, при этом, результаты текущего контроля успеваемости могут быть использованы преподавателем при оценке уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет принимается преподавателями, проводившим лекции по данной учебной дисциплине.

### **Методические рекомендации по подготовке и проведению промежуточной аттестации:**

#### **Перечень вопросов и заданий к зачету**

##### *Теоретические вопросы*

1. Дайте общую характеристику педагогических методов исследования в физической культуре и спорте.
2. Дайте определение понятиям методов исследования
3. Что представляет собой анализ научно-методической литературы, анализ документальных и архивных материалов.
4. Дайте определение педагогическому наблюдению
5. Дайте характеристику следующим методам: беседа, интервью, анкетирование.
6. Перечислите антропометрические измерения, контрольные измерения, тесты.
7. В чем заключается экспертное оценивание, хронометрирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.
8. Дайте определение цели, задачам и характерным чертам подготовки спортсмена.
9. Перечислите средства спортивной подготовки, их общая характеристика.

10. Перечислите основные принципы, реализуемые в спортивной тренировке, их значение в деятельности тренера.
11. Перечислите основные группы методов, используемых в подготовке спортсменов и их назначение.
12. Перечислите критерии выбора методов спортивной тренировки.
13. Дайте определение понятиям: нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физических упражнений, их виды.
14. Перечислите приемы дозирования и регулирования нагрузки в практике спортивной тренировки; методы, используемые в процессе физической подготовки спортсмена: строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения.
15. Представьте концепцию нарушенного развития в специальной психологии.
16. Перечислите классификацию лиц с ограниченными возможностями здоровья. Психология лиц с умственной отсталостью.
17. Расскажите о психологии лиц с деменцией, с ЗПР, с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с психопатиями и шизофренией, с аутистическими расстройствами.
18. Расскажите о методологии и принципах специального обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья.
19. В чем заключается адаптация образовательных программ и учебно-методического обеспечения инклюзивного высшего образования.
20. Перечислите структуру адаптированных образовательных программ.
21. Перечислите психофизиологические особенности спортсменов разного возраста, особенности построения тренировочного процесса.
22. Комплексный подход к применению средств адаптивных видов спорта в процессе физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья, в чем он заключается.
23. В чем заключается организация процесса физической реабилитации людей с ограниченными возможностями здоровья.
24. Расскажите об использовании различных направлений фитнеса (на примере фитбола) на занятиях по физической культуре в вузе.
25. Перечислите современные технологии физической реабилитации.
26. Дайте определение понятию физической реабилитации.
27. Перечислите основные понятия адаптивной физической культуры, основные компоненты адаптивной физической культуры.
28. Расскажите об особенностях составления реабилитационных программ и о современных технических средствах адаптивной физической культуры.

### *Практические задания*

1. Умение использовать новые способы воздействия на занимающихся, находить новые варианты решения педагогических задач в процессе



тренировки, изучать психологию, анализировать собственную деятельность, предвидеть трудности – это ...

- А) творчество и мастерство тренера
- Б) спортивное достижение
- В) физическое воспитание
- Г) спортивная тренированность

2. Спортивная селекция – это ...

А) отслеживание развития одаренных детей  
Б) отбор лучших и наиболее способных спортсменов в команды  
В) отбор исключительно детей в секции по видам спорта  
Г) комплекс мероприятий, направленный как на определение предрасположенности ребенка к тому или иному виду спорта, так и на комплектование спортивных групп и команд из числа наиболее подготовленных спортсменов

3. К основным функциям тренера относят:

- А) администратор, стратег, воспитатель, педагог
- Б) диктатор, демократ, либерал
- В) в прошлом сильный спортсмен, имеет «нужные» связи с общественностью
- Г) хороший теоретик, умеет договариваться

4. Требования к личности тренера:

- А) высокий уровень морально-этических, профессиональных и коммуникативных качеств
- Б) талант, традиции спортивной семьи, опыт
- В) требовательность, строгое выполнение плана, дисциплина
- Г) хорошая организация занятий, при невысоких требованиях к спортсменам

5. Имитация процессов функционирования системы спортивной подготовки или предстоящего соревнования, с соблюдением основных закономерностей и правил называется ...

- А) моделированием
- Б) спортивным состязанием
- В) процессом спортивной тренировки
- Г) соревновательным режимом занятий

6. Какой возрастной период является наиболее сложным в формировании двигательных стереотипов?

- А) первое детство
- Б) второе детство
- В) подростковый возраст
- Г) юношеский возраст

7. Как должен вести себя тренер перед соревнованиями?

- А) прыгать от радости
- Б) безразлично
- В) кричать и наставлять
- Г) спокойно и в приподнятом настроении

8. Какой тип мышления преобладает в период первого детства?
- А) предметное
  - Б) наглядно-образное
  - В) наглядно-действенное
  - Г) логическое
9. Формирование волевого компонента наиболее эффективно путем:
- А) решения посильных, но трудных в исполнении действий
  - Б) решения легких «задач»
  - В) решения непосильных «задач»
  - Г) формируется без всяких усилий
10. Какая из предложенных установок является наиболее эффективной перед соревнованием?
- А) «Успокойся!»
  - Б) «Покажи на что ты способен!»
  - В) «Мы на тебя рассчитываем!»
  - Г) «Старайся не стараться!»
11. Какие из предложенных видов относятся к фитнес направлениям?
- А) пауэрлифтинг, легкая атлетика, волейбол
  - Б) фитбол, стретчинг, степ – аэробика
  - В) водное поло, керлинг, бодибилдинг
  - Г) гиревой спорт, баскетбол, аквааэробика
12. В какой части занятия по физической культуре можно использовать различные направления фитнеса?
- А) в подготовительной
  - Б) в основной части
  - В) в заключительной
  - Г) в подготовительной, основной и заключительных частях
13. Занятия с использованием фитболов - это
- А) использование гимнастических палок
  - Б) использование гантелей
  - В) использование скакалок
  - Г) использование специальных мячей
14. Какие из перечисленных направлений фитнеса оказывают преимущественно аэробную нагрузку на организм?
- А) танцевальная аэробика, степ - аэробика
  - Б) пилатес, стретчинг
  - В) фитнес – йога, фитбол – аэробика
  - Г) аштанга йога, тайбо
15. Какие из предложенных направлений фитнеса развились из восточных оздоровительных систем?
- А) фитбол, аквааэробика
  - Б) фитнес –йога, аштанга - йога
  - В) пилатес, степ - аэробика
  - Г) стретчинг, танцевальная аэробика
16. Чьи идеи легли в основу концепции нарушенного развития?

- А) Леонтьева А.А.
- Б) Выготского Л.С.
- В) Шалимова В.Ф.
- Г) Горюновой Ю.А.

17. Лица с какими нарушениями не обучаются в системе инклюзивного образования?

- А) с нарушениями опорно-двигательного аппарата
- Б) с нарушениями слуха
- В) с психопатиями и шизофренией
- Г) с умственной отсталостью

18. В каком законе гарантируется право человека с ОВЗ на инклюзивное образование?

- А) «О социальной защите инвалидов»
- Б) «Об образовании»
- В) «Семейный кодекс»
- Г) Конвенция ООН о правах ребёнка

19. С какой целью разрабатываются АООП

с ОВЗ

- А) Для создания специальных условий получения образования лицами с ОВЗ
- Б) Для интеграции лиц с ОВЗ
- В) Для учёта лиц с ОВЗ
- Г) Для проведения занятий

20. Основания для разработки и внедрения АООП ВО

А) рекомендации МСЭК, ПМПК представленные в индивидуальной программе реабилитации и абилитации

Б) личное заявление обучающегося о необходимости создания специальных условий в процессе обучения

В) рекомендации МСЭК, ПМПК представленные в индивидуальной программе реабилитации и абилитации и личное заявление обучающегося о необходимости создания специальных условий в процессе обучения

Г) все ответы верны

21. Направления адаптации АООП ВО

А) разработка и включение в учебный план адаптационных дисциплин (модулей)

Б) изменение структуры и временных рамок образовательной деятельности

В) использование разнообразных форм, методов и средств учебной деятельности

Г) все ответы верны

22. По осведомленности наблюдения бывают:

- А) полные и неполные
- Б) открытые и скрытые
- В) осведомленные и неосведомленные

23. По логической схеме доказательства эксперименты бывают:

- А) преобразующие и констатирующие

- Б) открытые и закрытые  
 В) последовательные и параллельные
24. В педагогических исследованиях различия считаются достоверными:
- А) при 0,05 %-ном уровне значимости  
 Б) при 5 %-ном уровне значимости  
 В) при 95 %-ном уровне значимости
25. Метод экспертных оценок служит для:
- А) выявления уровня физической подготовленности занимающихся  
 Б) выявления уровня физического развития  
 В) определения уровня технической подготовленности
26. По времени наблюдения бывают:
- А) короткие и продолжительные  
 Б) непрерывные и дискретные (прерывистые)  
 В) ранние и поздние
27. В спорте выделяют:
- А) адаптивный, массовый, любительский, профессиональный  
 Б) олимпийский, дворовый, любительский  
 В) любительский, профессиональный, массовый  
 Г) инвалидный, высших достижений, любительский
28. Какой вид адаптивного спорта является паралимпийским?
- А) бочча  
 Б) радиальный баскетбол  
 В) волейбол сидя  
 Г) все перечисленные
29. ... это – лечение верховой ездой
- А) конный спорт  
 Б) иппотерапия  
 В) упражнения наездника  
 Г) нет верного варианта
30. Выберите верные направления адаптивного спорта:
- А) паралимпийский спорт  
 Б) сурдлимпийский спорт  
 В) специальный олимпийский спорт  
 Г) все перечисленные
31. Поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга людей с ОВЗ – это ...
- А) адаптивная физическая рекреация  
 Б) адаптивная физическая реабилитация  
 В) адаптивное физическое воспитание  
 Г) адаптивная физическая культура
32. Главной задачей реабилитации является
- А) полноценное восстановление функциональных возможностей различных систем организма и развитие компенсаторных приспособлений  
 Б) Восстановление трудоспособности

- В) предупреждение развития патологических процессов  
 Г) восстановление бытовых возможностей
33. Основным средством физической реабилитации являются  
 А) естественные силы природы  
 Б) физические факторы  
 В) физические упражнения  
 Г) медикаментозная коррекция
34. К пассивным средствам физической реабилитации относят  
 А) аутогенная тренировка  
 Б) работа на тренажерах  
 В) массаж, физиотерапия  
 Г) мышечная релаксация
35. Специальная тренировка в физической реабилитации направлена на:  
 А) развитие и закрепление моторных навыков  
 Б) развитие функции, нарушенных в результате заболевания  
 В) общее оздоровление организма  
 Г) нет правильного ответа
36. Реадаптация это  
 А) подготовка пациента к активному лечению  
 Б) приспособление пациента к условиям внешней среды  
 В) бытовое приспособление  
 Г) все ответы верны
37. Адаптивное физическое воспитание, как компонент АФК, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в ...  
 А) сопоставлении своих способностей со способностями других людей  
 Б) его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности  
 В) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга  
 Г) риске, потребности испытать себя в необычных экстремальных условиях
38. Процесс активного приспособления человека к социальной среде с целью оптимизации своей деятельности в соответствии с существующими социальными установками, характерен для...  
 А) адаптации анализаторов  
 Б) социальной адаптации  
 В) физиологической адаптации  
 Г) психической адаптации
39. В адаптивной физической культуре в качестве ценностно-мотивационных компонентов самостоятельности выступают: ...  
 А) стремление скорректировать основной дефект, сформировать компенсации, обеспечить профилактику заболеваний и физическое совершенствование  
 Б) потребность занимающегося улучшить физическое развитие, физическую подготовленность, здоровье в целом

В) желание сформировать компенсаторные возможности организма; заменяющие те качества и способности, которые разрушены (ухудшены) вследствие заболевания

Г) стремление уменьшить влияние имеющегося дефекта на условия жизнедеятельности, обеспечить профилактику простудных заболеваний

40. В процессе занятий физическими упражнениями с лицами, имеющими отклонения в развитии, используются следующие способы общения...

А) вербальные и невербальные

Б) речь, жесты, позы, звуки, мимика, пантомима

В) артикуляция, речитативы, считалки, скороговорки

Г) невербальное двигательное общение: поддержка, помощь, тактические действия