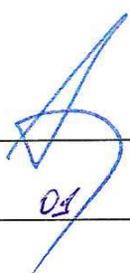


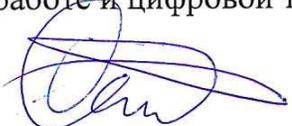
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Поволжский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма»
(ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»)

УТВЕРЖДАЮ
Председатель приёмной комиссии,
ректор

Зам. председателя приёмной
комиссии, проректор по учебной
работе и цифровой трансформации



Р.Т. Бурганов
« 15 » 01 2026 г.



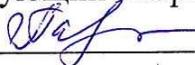
А.В. Павлова
« 15 » 01 2026 г.

ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

по направлению 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
направленность (профиль) подготовки: «Адаптивная физическая культура и
спорт»

Разработчик программы:

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры, к.п.н., доцент

 Л.А.Парфенова

Программа вступительного испытания теория и организация адаптивной физической культуры обсуждена и одобрена на заседании кафедры адаптивной физической культуры Института физической культуры, протокол № 7 от «4» декабря 2025 г.

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры

Института физической культуры  Л.А.Парфенова

Программа вступительного теория и организация адаптивной физической культуры утверждена на заседании Ученого совета ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», протокол № 6 от «15» 01 2026г.

Раздел 1. Пояснительная записка

Данная программа предназначена для подготовки к вступительному испытанию по теории и организации адаптивной физической культуры по направлению 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) подготовки: «Адаптивная физическая культура и спорт».

Цель вступительного испытания: выявление и отбор поступающих, обладающих необходимым уровнем профессиональной подготовки по направлению 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) подготовки: «Адаптивная физическая культура и спорт».

Форма проведения вступительного испытания: вступительное испытание проводится в формате письменного тестирования, и включает в себя тестовые задания.

Продолжительность вступительного испытания: на выполнение тестовых заданий отводится 120 мин (2 часа).

Дополнительные справочные материалы: не используются. Запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

Расписание вступительных испытаний (предмет, дата, время, экзаменационная группа и место проведения экзамена, консультации, дата объявления результатов) утверждается председателем приемной комиссии или его заместителем и доводится до сведения поступающих через размещение на официальном сайте.

После приема заявления и необходимых документов, поступающему выдается расписка о приеме документов с указанием его экзаменационного номера (5 последних цифр СНИЛС либо индивидуального ID номера и буквы, указывающие его приоритетное направление). Экзаменационный номер указывается поступающим в бланке ответа вступительного испытания.

Для пропуска на вступительное испытание поступающему необходимо предъявить расписку и паспорт.

Раздел 2. Общая характеристика адаптивной физической культуры

Тема 1. Исторические аспекты, основные понятия и термины адаптивной физической культуры

Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура».

Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «образ жизни», «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция».

Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры. 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.

Исторический анализ развития адаптивной физической культуры в образовании, игровой и досуговой деятельности инвалидов, как средства профессиональной реабилитации в нашей стране.

Тема 2. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики

Адаптивная физическая культура как интегративная наука. Связь АФК с другими областями научных знаний. Декартова система координат как модель пространства научных проблем адаптивной физической культуры (первая ось – виды адаптивной физической культуры, вторая ось – виды заболевания (инвалидности), третья – возрастные периоды жизни человека).

Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина. Отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др. отраслей знания и социально-практической деятельности

Адаптивная физическая культура как сфера социальной практики. Формирование правового и информационного пространства адаптивной физической культуры в Российской Федерации как важнейшее условие обеспечения интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья в общество (предоставление гарантий и возможностей инвалидам, подготовка

общества к принятию инвалидов как равноправных членов общества, обладающих самоценностью).

Характеристика объекта педагогической деятельности в АФК. Требования к профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре. Основные объекты будущей профессиональной деятельности специалистов по адаптивной физической культуре.

Тема 3. Функции адаптивной физической культуры

Понятие «функция АФК», четыре группы функций.

Реабилитационные функции (коррекционная, компенсаторная, профилактическая).

Педагогические функции (образовательная, воспитательная, профессионально-подготовительная).

Функции физического воспитания и спорта (развивающая, соревновательная, рекреативная, гедонистическая, творческая).

Социальные функции (гуманистическая, социализирующая, интегративная).

Тема 4. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры

Критерии для выделения основных видов адаптивной физической культуры - естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни.

Основные виды адаптивной физической культуры.

Адаптивное физическое воспитание – как вид адаптивной физической культуры, направленный на удовлетворение потребностей личности с отклонениями в состоянии здоровья в реализации трудовой и бытовой деятельности, за счёт формирования комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; развития широкого круга основных физических и специальных качеств, повышения функциональных возможностей различных органов и систем; становления, сохранения и использования оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств.

Адаптивная двигательная рекреация – как вид адаптивной физической культуры, направленный на удовлетворение потребностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности за счёт формирования

мировоззрения, философских взглядов гедонизма, освоения ими основных приёмов, способов, средств, методов рекреационной деятельности.

Адаптивный спорт – как вид адаптивной физической культуры, направленный на удовлетворение потребностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья в соревновательной и коммуникативной деятельности, в максимальной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей за счёт приобщения к спортивной культуре, освоения ими техники, тактики и других компонентов конкретного вида спорта.

Адаптивная физическая реабилитация – как вид адаптивной физической культуры, направленный на удовлетворение потребностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в восстановлении у него временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности) за счёт освоения им естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма; обучения его умениям использовать соответствующие комплексы упражнений, закаливающие и термические процедуры, и другие средства АФК.

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры – виды, способные удовлетворить потребность лиц с отклонениями в состоянии здоровья в творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства за счёт освоения ими телесно-ориентированных техник сказкотерапии, игротерапии; формокоррекционной ритмопластики и др.

Экстремальные виды двигательной активности – виды адаптивной физической культуры, способные удовлетворить потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, стремлении испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно или субъективно опасных для здоровья (или жизни) за счёт освоения техники, тактики, средств обеспечения страховки и других компонентов экстремальных видов двигательной деятельности.

Тема 5. Средства адаптивной физической культуры

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

Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства вербального (речевого) воздействия. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. Средства обеспечения наглядности. Технические средства и тренажеры.

Тема 6. Методы адаптивной физической культуры

Краткая характеристика методов обучения. Методы стимулирования учебной деятельности. Методы контроля и самоконтроля в обучении.

Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре (методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля учебной деятельности). Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.

Методы воспитания. Методы формирования нравственного сознания. Группа методов формирования нравственного поведения. Методы регулирования, корректирования и стимулирования поведения и деятельности.

Методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.

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.

Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре: методы формирования эмпатии, языковой компетентности, толерантности к неоднозначности, ролевой дисциплины, познавательных способностей; методы заданий на выполнение определенных ролей и функций (в частности, функций арбитра, члена

судейской коллегии, тренера, организатора соревнований, эксперта при проведении спортивно-медицинской классификации, разработчика правил соревнований с гандикапом (форой) и др.); игры с правилами (сюжетно-ролевые, игры-драматизации), упражнения подражательно-исполнительного и творческого характера, этюды, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций (для совершенствования мимики, жестов, выразительности движений, пантомимики, чувства собственного достоинства, самоконтроля); методы сказкотерапии и др.

Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре и развития физических способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой). Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.

Тема 7. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре

Урочные формы. Неурочные формы.

Характеристика урочных и внеурочных форм занятий. Теоретические, практические и инструкторско-методические уроки. Домашние задания.

Тема 8. Принципы адаптивной физической культуры

Законы и закономерности дидактики, лежащие в основе принципов адаптивной физической культуры. Реабилитационные, педагогические, физического воспитания и спорта, социальные принципы АФК.

Реабилитационные принципы. Принцип ранней диагностики и компетентной помощи. Принцип коррекционно-компенсирующей направленности работы в адаптивной физической культуре. Принцип учета генетического кода в развитии ребенка. Принцип ориентации на зоны актуального и ближайшего развития. Принцип учета сенситивных и других периодов развития.

Педагогические принципы. Общесметодические принципы. Принцип научности. Принцип наглядности. Принцип доступности и индивидуализации. Принцип систематичности. Принцип прочности.

Принципы воспитания. Принцип оказания воспитательных воздействий с опорой на положительное.

Принципы физического воспитания и спорта. Принцип непрерывности и системности. Принцип прогрессирования воздействий. Принцип цикличности. Принцип возрастной адекватности педагогических воздействий. Принцип единства и взаимосвязи тренировочного процесса и соревновательной деятельности с вне тренировочными факторами.

Социальные принципы.

Тема 9. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре

Особенности действий, используемых в АФК.

Структура процесса обучения действиям и особенности содержания его этапов.

Определяющие черты методики обучения действиям в адаптивной физической культуре.

Сходства и различия процессов обучения двигательным действиям в различных видах адаптивной физической культуры (адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации и физической реабилитации). 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 (СП. Евсеев), средства и методы обучения, развития и восстановления человека, основанные на принудительном воздействии на звенья его тела. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся. Традиционная (трехэтапная) структура процесса обучения (этап начального, этап углубленного разучивания, этап результативной отработки действия). Структуры процесса формирования двигательных действий с заданным результатом: этап формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения; этап формирования нервно-мышечных координации и мышечных ощущений; этап развития физических качеств и способностей, необходимых для осуществления действия; этап формирования умений и навыков самоконтроля, предупреждения и коррекции ошибок; этап перехода к самостоятельному выполнению двигательных действий; этап совершенствования освоенного действия. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия, сенсорно-перцептивного обучения и других этапов процесса его

освоения у инвалидов различных нозологических групп (с сенсорными нарушениями, с поражениями опорно-двигательного аппарата, с отклонениями в интеллектуальном развитии и др.). Роль и место тренажеров в процессе обучения двигательным действиям инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.

Тема 10. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой

Личностно-ориентированная гуманистическая аксиологическая концепция отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья.

Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Целеустремленность. Самообладание.

Морально-нравственное воспитание занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья. Общечеловеческие ценности. Идеалы и ценности всестороннего (гармоничного) развития личности человека. Идеалы и ценности гражданственности, патриотизма и российской идентичности. Олимпийские идеалы и ценности и базирующиеся на них концепции паралимпизма, сурдлимпизма и Специальной Олимпиады.

Реализация принципов воспитания личности в процессе адаптивной физической культуры (принцип общественно-ценной целевой направленности; принцип связи содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, досугом; принцип единства требований со стороны всех, участвующих в воспитании; принцип комплексного подхода и формированию личности; принцип воспитания в коллективе и через коллектив; принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью; принцип опоры на положительное; принцип дифференцированного подхода). 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 11. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре

Терминологические уточнения. Автономные физические упражнения. Упражнения для мышц пальцев и кисти. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса упражнения для мышц туловища. Упражнения для мышц ног. Технологии императивного развития физических способностей.

Средства и методы развития физических способностей у лиц, использующих технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя.

Основные закономерности развития физических способностей (движение – ведущий фактор развития физических способностей, зависимость развития физических способностей от режима двигательной деятельности, этапность развития физических способностей, неравномерность и гетерохронность развития, обратимость показателей развития способностей, перенос физических способностей). Педагогические принципы развития физических способностей (принцип регулярности педагогических воздействий, принцип прогрессирования и адаптационно-адекватной предельности в наращивании эффекта воздействий, принцип рационального сочетания и распределения во времени педагогических воздействий, принцип соответствия педагогических воздействий возрастным особенностям занимающихся, принцип опережающих воздействий в развитии физических способностей, принцип соразмерности в развитии способностей) и их особенности в работе с инвалидами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья. 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. Физическая нагрузка («внешняя» и «внутренняя» ее стороны, объем и интенсивность) и отдых – как структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида. Методы развития физических способностей. Развитие и совершенствование силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем. Приоритетная роль игрового метода в коррекции двигательных нарушений.

Раздел 3 . Характеристика основных видов адаптивной физической культуры

Тема. 12. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры

Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе. Государственные органы управления физической культурой и их взаимодействие с государственными органами управления образованием, здравоохранением, социальной защиты инвалидов и других госструктур, занимающихся проблемами данной категории населения в нашей стране и за рубежом.

Нормативно-правовые документы, регламентирующие физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов). Общественные организации, занимающиеся проблемами инвалидов в нашей стране (ВОИ, ВОГ, ВОС, их региональные представительства), в том числе, проблемами адаптивной физической культуры. Международные общественные организации, занимающиеся проблемами адаптивной физической культуры (образованием, научно-исследовательской деятельностью, спортом, рекреацией).

Тема 13. Организация и содержание адаптивного физического воспитания

Организация и содержание адаптивного физического воспитания в системе специального образования.

Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования.

Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания. Конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания.

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.

Задачи адаптивного физического воспитания: коррекция основного дефекта (сенсорных систем, интеллекта, речи, опорно-двигательного аппарата и др.) 2) коррекция сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом, с помощью физических упражнений и других немедикаментозных средств и методов; 3) компенсация

утраченных или нарушенных функций лиц с отклонениями в состоянии здоровья; 4) профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений; 5) обучение жизненно и профессионально важным знаниям, умениям и навыкам, развитие и совершенствование физических и психических качеств и способностей и др.

Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях 8 видов. Характеристика структуры и содержания государственных и авторских программ по адаптивному физическому воспитанию.

Адаптивное физическое воспитание в образовательных учреждениях, (дошкольных, школьных, средних и высших) с контингентом, отнесенным по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

Тема 14. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.

Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию. Занятия с детьми 1-го года жизни. Занятия по адаптивному физическому воспитанию дошкольников и школьников. Занятия по адаптивному физическому воспитанию в вузах. Адаптивное физическое воспитание с лицами пожилого возраста. Формы организации занятий адаптивным физическим воспитанием с лицами пожилого возраста. Программная и нормативная основы адаптивного физического спорта.

Тема 15. Управление качеством образования и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся.

Отличительные черты методики развития физических способностей.

Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии; роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде. Управление качеством образования по адаптивному физическому воспитанию. Взаимодействие специалиста по адаптивной физической культуре с врачами и медицинскими работниками; психологами, тифло-, сурдо-, олигофренопедагогами, логопедами, специальными психологами; социальными работниками и учителями (преподавателями) по другим предметам. Работа с родителями детей-инвалидов, учащихся и студентов, обучающихся в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях и специализированных вузах.

Привлечение материала из других предметов и реализация межпредметных связей на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.

Тема 16. Адаптивный спорт

Организация адаптивного спорта в Российской Федерации и зарубежом. Организация адаптивного спорта в России. Ветвь государственных органов, структур, учреждений и организация управления адаптивным спортом в России. Ветвь негосударственных и общественных организаций, структур органов управления адаптивным спортом.

Организация адаптивного спорта в мировом сообществе. Организация адаптивного спорта в рамках мирового паралимпийского движения. Организация адаптивного спорта в рамках сурдлимпийского и специального олимпийского движений в мировом сообществе.

Адаптивный спорт: структура и содержание. Отличительные черты адаптивного спорта, конкретизация его целей и задач. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте. Традиционная модель соревновательной деятельности. Нетрадиционная модель соревнований Специальной Олимпиады.

Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные понятия и принципы классификации лиц, занимающихся адаптивным спортом. Виды классификаций. Допустимые типы поражений в Паралимпийском спорте. Система организации и проведения классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом (классификация спортсменов).

Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта. Факторы, определяющие ведущее положение паралимпийского движения в мире. Цели и задачи спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов.

Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта. основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения. Основная программа Специальной Олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с интеллектуальными нарушениями. Система и порядок разделения на дивизионы. Индивидуальные и командные виды спорта. Выравнивание результатов соревнований. Обязанности участника, тренера и менеджера

соревнований. Программа «Объединенный спорт» (общие положения). Программа «Специальная Олимпиада» - приСОЕдиняйтесь!» (общие положения). Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. Паралимпийская программа лиц с интеллектуальными нарушениями как высший этап развития Специальной Олимпиады.

Допинг-контроль и антидопинговое обеспечение адаптивного спорта.

Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте.

Адаптивный спорт - социальный феномен, интегрирующий лечебное рекреационное и спортивное направления физической культуры.

Адаптивный спорт как путь к повышению уровня качества жизни инвалидов и приобщения их к здоровому стилю жизнедеятельности. Главная цель адаптивного спорта - социализация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и повышение качества жизни путем участия в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, стремление к максимально возможной самореализации в одном из видов адаптивного спорта.

Основные задачи адаптивного спорта: 1) достижение максимального (рекордного) результата в конкретном виде адаптивного спорта; 2) овладение высоким уровнем спортивного мастерства, формирование спортивной культуры инвалидов, приобщение их к историческому опыту в данной сфере; 3) освоение мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры; 4) освоение новых социальных ролей и функций, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности; 5) повышение уровня качества их жизни и др.

Адаптивный спорт как путь преодоления психологических комплексов; овладения ценностями физической культуры; вхождения в социум (выход из замкнутого пространства лечебных учреждений и мест проживания), адаптации к нему и «завоевания» социального пространства; познания себя и мира; полноценного общения. Участие в учебно-тренировочном процессе и соревновательной деятельности - как модель реализации здорового образа жизни.

Философия и особенности трех основных направлений организации и развития адаптивного спорта в мировом сообществе. Параолимпийское, Специальное Олимпийское и Олимпийское движение глухих - три основных направления развития адаптивного спорта. Общественные организации, занимающиеся управлением адаптивным спортом в России и за рубежом, в рамках выделенных основных направлений (Международный и Национальный Параолимпийские комитеты, «Спешиал Олимпикс Интернэшнл» и Специальная Олимпиада России и др.).

Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев (максимальный охват лиц с различными видами патологии и степенью ее тяжести, уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, одновременное участие в соревнованиях по спортивным играм инвалидов с различной степенью поражений, переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера и др.), процедуры и порядок проведения классификаций. Классификация спортсменов по классам в рамках конкретных нозологических профилей.

Основные паралимпийские виды спорта, входящие в программы летних и зимних игр. Классификация видов адаптивного спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп.

Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады (СО) для лиц с нарушением интеллекта. Виды спорта, применяемые в СО. Правило формирования «дивизионов» - важнейшее условие реализации философии игр Специальной Олимпиады.

Организационно-методические основы программы Специального Олимпийского комитета (СОК) Санкт-Петербурга - как пример реализации идей и философии Специального Олимпийского движения.

Сурдлимпийский спорт, сходство и различия со спортом здоровых людей. Всемирные Олимпийские игры глухих («Тихие игры») как пример крупнейших соревнований для инвалидов данной нозологической группы.

Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте.

Награждение участвующих в соревнованиях. Требования к этой церемонии. Клятва специальных спортсменов, символы Специального Олимпийского движения.

Государственные и общественные органы управления адаптивным спортом, координация их деятельности. Координация деятельности государственных органов управления физической культурой, образованием, социальным обеспечением - важнейшее условие развития адаптивного спорта. Служба адаптивной физической культуры и спорта. Учреждения адаптивной физической культуры и спорта (детско-юношеские спортивные школы инвалидов) - основная государственная структура, организующая занятия адаптивным спортом.

Организация врачебного контроля за занимающимися адаптивным спортом. Врачебно-физкультурные диспансеры и их взаимодействие с учреждениями адаптивной физической культуры и спорта.

Тема 17. Адаптивная двигательная рекреация. Организация адаптивной двигательной рекреации

Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов.

Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации. Конкретизация функций и принципов адаптивной двигательной рекреации.

Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения.

Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации. Классификация и систематизация условий проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации.

Отличительные черты средств и методов некоторых видов адаптивной двигательной рекреации. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. Оздоровительное влияние адаптивного туризма на организм человека. Влияние адаптивного туризма на личность участника похода. Формы организации туристских мероприятий. Ориентирование по тропам в системе адаптивной двигательной рекреации. Составление маршрутов для ориентирования по тропам. Водные виды адаптивной двигательной рекреации. Классификация водных видов адаптивной двигательной рекреации. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации. Радиальный баскетбол. Бочче. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации. Танцы на инвалидных колясках. Художественная гимнастика на инвалидных колясках. Спартианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в адаптивной двигательной рекреации. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными. Другие виды двигательной активности в адаптивной рекреационной деятельности.

Тема 18. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности

Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности, их ведущих функций и принципов.

Отличительные черты креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Конкретизация ведущих функций и

принципов креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной двигательной активности.

Основные средства и отличительные черты методики креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.

Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.

Ответственность администрации и руководителей. Ответственность тренерско-преподавательского и инструкторского состава. Ответственность самих занимающихся.

Тема 19. Организация физической реабилитации

Понятие о реабилитации. Понятие о физической реабилитации. Принципы физической реабилитации. Средства физической реабилитации. Составление реабилитационных программ.

Общая характеристика средств физической реабилитации

Организация физической реабилитации (ЛФК и физических методов лечения) в стационарных лечебных учреждениях. Лечебная физическая культура в амбулаторных учреждениях. ЛФК в системе специального (коррекционного) образования. ЛФК – как неперемное условие нормального жизнеобеспечения инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата. ЛФК - первая ступень на пути к адаптивному спорту, комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и, особенно, инвалидов.

Раздел 4 . Критерии оценивания вступительного испытания

На выполнение тестовых заданий отводится 120 мин (2 часа).

Вступительное испытание состоит из одной части, включающей 100 заданий. Задания состоят из тестовых вопросов. Необходимо выбрать один или несколько правильных вариантов ответа.

Выполнение каждого тестового задания оценивается в 1 балл. Баллы, полученные за правильно выполненные тестовые задания, суммируются. Ответы на тестовые задания вписываются в бланк ответов.

Максимальное количество баллов составляет 100 баллов.

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение вступительного испытания составляет 40 баллов.

Раздел 5 . Рекомендуемая литература для подготовки к вступительному испытанию

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие [Текст]/ под общ. ред. проф. С.П. Евсеева. – М: Советский спорт, 2014.- 298 с.
2. Евсеев С.П. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера/ С.П. Евсеев. – М.: ООО «ПРИНЛЕТО», 2021.-600 с.: ил.
3. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник/ С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616с.: ил.
4. Евсеева О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебн. пособие/ О.Э. Евсеева; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2015. – 117с.
5. Марченко О.К. Основы физической реабилитации: учебник для студентов и преподавателей высших учебных заведений спортивного и медицинского профиля, специалистов в области лечебной физической культуры и реабилитации. – Киев : Олимпийская литература, 2012. – 528 с.
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие для студ. высш. и сред. проф. учеб. заведений / под ред. С. П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2007. - 295 с.
7. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / авторы-составители О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2013.- 388 с.
8. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Человек, 2016. – 384 с.
9. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник/ Под общей ред. Л.В.Шапковой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2009.- 608 с.
10. Журнал «Адаптивная физическая культура» (все издания).

Раздел 5. Образец тестовых заданий

1. В каком году была открыта и внесена в классификатор направлений и специальностей ВПО специальность «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

- а. 1996
- б. 1990
- в. 2000

г. 1997

2. Адаптивный спорт, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности личности в...

а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

б. отдыхе, развлечении, интересом проведением досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

в. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации и коммуникативной деятельности.

г. подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

3. Сколько видов АФК вы знаете. Перечислите их

а. 3

б. 4

в. 5

г. 6

4. Кто выступил инициатором создания Специальной олимпиады?

а. семья Кеннеди

б. Грот К.К.

в. Шеповальников Н.Н.

г. Эжен Рубен-Алкайс

5. Какова цель АФК?

а. восстановление нарушений функций организма

б. компенсация социальных функций и трудоспособности больных и инвалидов

в. социализация и ресоциализация личности инвалида

г. повышение физической подготовленности инвалида