

Департамент образования города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ПОСТУПАЮЩИХ В  
МАГИСТРАТУРУ

Направление подготовки

49.04.01

Физическая культура

Программа подготовки

«Адаптивная физическая культура»

Москва  
2017

**Разработчики программы вступительного испытания:**

1. И.В. Кулькова, кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин
2. С.Н. Бобкова, кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин
3. М.В. Зверева, кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа вступительного испытания выполнена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по программам бакалавриата.

Вступительное испытание проводится в **устной** форме.

Экзаменационный билет содержит **2** вопроса.

Продолжительность экзамена составляет **не более 45 минут**, из них 30 минут дается на подготовку к ответу и 15 минут на ответ.

Во время ответа на усмотрение комиссии могут быть заданы дополнительные и уточняющие вопросы.

Поступающий допускается к сдаче вступительного испытания на основании поданного заявления о приеме, экзаменационных ведомостей, экзаменационного листа, при наличии у него паспорта или иного документа, удостоверяющего его личность.

При опоздании к началу вступительного испытания поступающий может быть допущен к испытанию, причем время на выполнение задания ему не увеличивается, о чем его предупреждает экзаменатор.

Лица, не прошедшие вступительное испытание по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к сдаче вступительного испытания в другой группе. Дополнительный день сдачи вступительного испытания может устанавливаться Университетом самостоятельно по мере формирования групп.

Во время проведения вступительных испытаний их участникам и лицам, привлекаемым к их проведению, запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

При несоблюдении поступающим порядка проведения вступительных испытаний, экзаменационные комиссии, проводящие вступительное испытание, вправе удалить поступающего с места проведения вступительного испытания с составлением акта об удалении. В случае удаления поступающего со вступительного испытания Университет возвращает поступающему принятые

документы и не допускает до участия в конкурсе.

Результаты вступительного испытания объявляются на официальном сайте и на информационном стенде не позднее второго рабочего дня после проведения вступительного испытания.

Поступающий однократно сдает каждое вступительное испытание. Передача вступительного испытания не допускается. Допускается пересчет результатов вступительных испытаний, проводимых Университетом самостоятельно, при подаче заявления на иные формы обучения и (или) программы в случае совпадения перечня вступительных испытаний. Результаты вступительных испытаний, проводимых Университетом самостоятельно, действительны в год поступления.

При проведении вступительных испытаний Университет обеспечивает спокойную и доброжелательную обстановку, предоставляет возможность поступающим наиболее полно проявить уровень своих знаний и умений

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

Результаты вступительного испытания по программам магистратуры оцениваются по двухсот балльной (200) шкале.

Каждый вопрос экзаменационного билета оценивается максимально в 100 баллов.

Итоговая оценка за вступительный экзамен определяется на основании суммирования баллов, набранных абитуриентом по каждому из двух вопросов.

### **Критерии оценки одного экзаменационного вопроса:**

#### **90-100 баллов:**

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос. Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Знание материала далеко за рамками обязательного курса.

2. Ответ отличает четкая логика

3. Обоснована и аргументирована собственная позиция

4. В своем ответе абитуриент приводит примеры из практики

5. Показано отличное знание научной литературы

#### **80-89 баллов:**

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос. Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Однако, при ответе были допущены незначительные погрешности, не искажающие смысла излагаемого материала, исправленные абитуриентом самостоятельно в процессе ответа

2. Ответ отличает логичность изложения

3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам

4. Недостаточное подтверждение теории примерами из практики

5. Показано знание основной научной литературы

#### **70-79 баллов:**

1. Дан достаточно полный ответ на поставленный в билете вопрос. Представлены основные знания об объекте, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные абитуриентом с помощью преподавателя.

2. Присутствуют незначительные нарушения в логике

3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам

4. В ответе отсутствуют примеры из практики

5. Отмечаются незначительные пробелы в знаниях основной научной литературы

**60-69 баллов:**

1. Ответ дан в целом правильно, однако не полно. Могут быть допущены незначительные ошибки, исправленные преподавателем. Показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в оперировании базовыми понятиями.

2. Присутствуют нарушения в логике

3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам

4. В ответе отсутствуют примеры из практики

5. Отмечается слабое знание основной научной литературы

**50-59 баллов:**

1. Ответ дан не полный. Путаница в базовой терминологии.

2. Логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения

3. Слабая аргументация

4. В ответе отсутствуют примеры из практики

5. Значительные пробелы в знаниях основной научной литературы

**49 баллов и ниже:**

1. Дан не полный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками.

2. Нелогичность изложения

3. Слабая аргументация, отсутствует доказательность изложения

4. В ответе отсутствуют примеры из практики

5. Отмечается полное незнание основной научной литературы

Абитуриент, набравший по итогам экзамена, ниже установленного Университетом минимального балла, считается не сдавшим вступительное испытание и выбывает из участия в конкурсе.

## ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

### *1. Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры»*

Цель, задачи и содержание адаптивной физической культуры. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

Принципы (основные установочные положения) адаптивной физической культуры. Три основных группы принципов адаптивной физической культуры: социальные, общеметодические и специальнометодические.

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Понятия “культура”, “физическая культура”, “адаптивная физическая культура”; “образ жизни”, “здоровый образ жизни” “реабилитация”, “социализация”, “социальная интеграция” и др.

Отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др. отраслей знания и социальной практики; связь АФК с другими областями научных знаний.

Становление и развитие адаптивной физической культуры (адаптивной физической активности, спорта инвалидов, рекреативного направления адаптивной двигательной активности) в России.

Развитие отдельных видов адаптивной физической культуры у инвалидов различных нозологических групп в России.

Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием

- как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. Адаптивное физическое воспитание как вид адаптивной физической культуры, направленный на удовлетворение потребностей личности с отклонениями в состоянии здоровья в реализации трудовой и бытовой деятельности. Формирование комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков. Развитие основных физических и

специальных качеств, повышения функциональных возможностей различных органов и систем у лиц с ограниченными возможностями здоровья в процессе адаптивного физического воспитания. Сохранение и использование оставшихся в наличии телесно- двигательных качеств.

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.

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.

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.

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.

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. Формирование мировоззрения, освоение 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. Приобщение лиц с ограниченными возможностями здоровья к спортивной культуре, обучение их технике, тактике и другим компонентам конкретного вида спорта.

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 развития адаптивного спорта в мире. 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.

## **2. *Дисциплина «Частные методика адаптивной физической культуры»***

Методы адаптивной физической культуры, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов: лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положением, дозированная ходьба (терренкур), гидрореабилитация, механотерапия, физические методы лечения (водолечение, теплолечение, светолечение, самомассаж, вибрационный массаж, баролечение и др.), психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция 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.), 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.

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

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

Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий: осанки, плоскостопия, телосложения; ходьбы, бега, прыжков, лазанья и перелезания, метаний и мелкой моторики; расслабления, согласованности движений, ориентировки в пространстве и во времени; дифференцировки усилий, пространства, времени; равновесия; быстроты реагирования на изменяющиеся условия, дифференцировки тактильных ощущений, устойчивости к вестибулярным раздражителям и др.

Художественно-музыкальные виды адаптивной физической культуры – как 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.

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.

### 3. *Дисциплина «Психология»*

Психология как наука. Связь психологии с другими науками. Роль психологии в жизни и деятельности людей. Возрастная периодизация человека в отечественной психологии. Мышление: психологическое содержание и виды. Этапы процесса мышления и мыслительные операции. Память: психологическое содержание, основные характеристики и классификации. Внимание: психологическое содержание, основные характеристики и классификации. Проблема внимания в психологии.

### 4. *Дисциплина «Анатомия»*

Основные анатомические понятия. Понятие об органах, их разновидностях. Органы, системы органов, аппараты органов. Организм как целое. Стадии развития человеческого организма.

Скелет, его функции. Разновидности костей скелета по строению, топографии. Строение кости как органа. Остеогенез. Рост костей. Возрастные изменения скелета. Особенности регенерации костей. Особенности строения костей туловища, черепа, конечностей.

Строение сустава, его обязательных и вспомогательных элементов. Классификации суставов по форме суставных поверхностей и объему движений вокруг осей. Комбинированные и комплексные суставы. Факторы подвижности суставов. Возрастные изменения суставов, динамика подвижности.

Строение скелетных мышц. Мышечное волокно поперечно-полосатой мышечной ткани. Разновидности мышечных волокон. Механизм мышечного сокращения. Строение мышцы как органа. Вспомогательный аппарат мышц: фасции, синовиальные влагалища, синовиальные сумки, блоки. Классификации мышц по форме, отношению к суставам. Возрастные изменения скелетных мышц.

Динамическая анатомия. Анатомический анализ положений и движений.

Статические положения, движение, локомоции. Характеристика

действующих сил – внешних и внутренних. Общий центр тяжести, центры тяжести звеньев тела. Площадь опоры. Виды равновесия тела. Характеристика степени устойчивости тела. Костные рычаги. Виды работы мышц. Анатомический анализ статического положения. Виды движений тела. Анатомический анализ локомоторных движений. Классификация внутренних органов. Строение полых и паренхиматозных органов. Морфофункциональная характеристика органов пищеварительной, дыхательной, мочевой, половой систем. Железы смешанной секреции: поджелудочная железа, половые: строение. Кровообращение – большой и малый круги: положение, строение. Строение сосудов – артерий различных типов, вен капилляров. Морфофункциональные особенности центральных (костный мозг и тимус) и периферических (селезенка, миндалины, аппендикс, лимфоидные образования полых внутренних органов) органов иммунной системы, их развитие. Структура лимфатической системы: лимфатические капилляры, лимфатические сосуды, стволы и протоки, лимфатические узлы - их строение, функции. Лимфа.

Нервная ткань. Отделы нервной системы – центральная и периферическая. Серое и белое вещество центральной нервной системы. Строение нерва, нервного узла. Спинномозговые нервы, их состав, ветви. Сплетения передних ветвей спинномозговых нервов – шейное, плечевое, поясничное, крестцовое - области иннервации отходящих от них нервов. Область иннервации задних ветвей спинномозговых нервов. Черепные нервы, положение их ядер в стволе мозга, места выхода, области иннервации. Строение спинного мозга. Сегмент спинного мозга. Топография и строение серого и белого вещества спинного мозга. Оболочки спинного мозга. Головной мозг. Ствол мозга. Морфофункциональные особенности продолговатого мозга, моста, мозжечка, среднего, промежуточного и конечного мозга. Система желудочков мозга. Оболочки головного мозга. Проводящие пути головного и спинного мозга – восходящие и нисходящие. Структура вегетативной нервной системы, ее центральные и периферические отделы. Симпатическая и парасимпатическая иннервация внутренних органов и сосудов. Понятие об анализаторе и его отделах: периферическом, кондукторном и центральном. Органы

чувств. Морфофункциональные особенности органа осязания, органа слуха, органа зрения, органа обоняния, органа слуха и равновесия. Анализаторы зрения, слуха, равновесия, обоняния, кожный.

## 5. *Дисциплина «Физиология»*

Понятие о физическом развитии, периоды физического развития и критерии его оценки.

Понятие о возрастах: биологический и паспортный возраст, критерии оценки биологического возраста, морфологическая классификация возрастных групп. Виды изменчивости морфологических признаков.

Акселерация и децелерация: сущность явлений, причины их возникновения, тенденции в изменении параметров фигур.

Масса тела и ее динамика. Связь массы тела с другими морфологическими признаками. Методики определения нормальной массы тела.

Понятие об адаптации организма к внешним воздействиям. Компенсаторно-приспособительные реакции, структурные основы и закономерности их развития. Норма реакции. Формы адаптации организма к физическим нагрузкам. Стадии адаптивных реакций. Возрастные изменения внутренних органов. Гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности. Гормоны, их структурные и функциональные особенности, избирательность действия. Возрастная динамика регуляторных влияний гипофиза, щитовидной железы, околощитовидных желез, надпочечников. Особенности гормональной регуляции на этапах развития организма. Функциональные свойства и возрастные изменения сердца. Возрастные изменения органов лимфатической системы. Рефлекторный принцип функционирования нервной системы. Синаптическая передача сигнала в нервной системе. Рефлекторная дуга. Возрастные изменения периферической нервной системы. Функции вегетативной нервной системы. Отделы – симпатический и парасимпатический - вегетативной нервной системы. Рефлекторная регуляция деятельности внутренних органов. Развитие и возрастные изменения центральной нервной системы. Возрастные особенности центральных (костный мозг и тимус) и периферических (селезенка, миндалины, аппендикс, лимфоидные образования

полых внутренних органов) органов иммунной системы.

## **6. Дисциплина «Патология»**

История патологии как науки, ее понятийный аппарат. Реактивность и резистентность организма. Учение о болезни, этиология, патогенез, стадии и характер течения, классификации заболеваний.

Воспалительный процесс, процессы нарушения кровообращения, дистрофия, патологические иммунные процессы, нарушения обмена веществ.

Репаративные процессы, полная регенерация, частичная регенерация, некроз, атрофия.

Врожденные пороки развития генетического характера (наследуемые и ненаследуемые), спорадические врожденные пороки развития.

Осанка человека и ее нарушения. Формы нарушения осанки, прогноз дальнейшего развития и патологического влияния на организм. Нарушения развития, воспалительные, травматические и дистрофические поражения костно-мышечной системы. Хронические и инвалидизирующие заболевания опорно-двигательного аппарата. Нарушения развития элементов костно-мышечной системы.

Травматические повреждения костей, суставов и мягких тканей.

Дистрофические и нейродистрофические заболевания опорно-двигательного аппарата.

Опухоли и опухолевидные поражения опорно-двигательного аппарата.

Общие закономерности страдания отделов нервной системы при поражениях различной этиологии. Первичные заболевания центральной нервной системы. Первичные заболевания периферической нервной системы. Первичные заболевания вегетативной нервной системы. Вторичные поражения центральной и периферической нервной системы. Хронические и инвалидизирующие заболевания, связанные с поражением эндокринных органов. Заболевания эндокринных органов, вызванные их первичным поражением.

Вторичные страдания эндокринных органов.

Заболевания органов чувств, вызванные их первичным поражением. Врожденные и приобретенные заболевания сердца. Патология сосудов. Сердечно-сосудистая недостаточность.

Инвалидизирующие заболевания органов дыхания. Дыхательная недостаточность.

Инвалидизирующие заболевания органов пищеварения.

Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ.

Заболевания почек и мочевыводящих путей. Хроническая почечная недостаточность.

## 7. *Дисциплина «Лечебная физическая культура»*

Общая характеристика метода лечебной физкультуры. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Дозирование нагрузок. Основные средства ЛФК. Классификация и содержание физических упражнений, естественные факторы природы. Энергетическая характеристика физических упражнений. Основные формы ЛФК. Методика проведения процедуры лечебной гимнастики, исходные положения, методические приемы дозирования физических упражнений (лечебная, тонизирующая, тренирующая дозировки). Активные, пассивные физические упражнения, лечебное плавание, коррекция положением, тренажеры, тракционная терапия, аутогенная тренировка, эрготерапия. Двигательные режимы. Виды физических тренировок (велотренировки, тренировки бегом, ходьба по лестнице, терренкур и дозированная ходьба, ходьба на лыжах, катание на коньках, круговая тренировка) и их характеристики.

## 8. *Дисциплина «Массаж»*

Физиологическое влияние приемов массажа на органы и системы организма. Классификация основных и вспомогательных приемов массажа. Сочетанное воздействие приемов массажа. Гигиенические основы массажа. Понятие о массаже, как средстве реабилитации. Разновидности приемов массажа, оказывающих дозированное воздействие на организм. Виды спортивного массажа. Понятие о

сегментарно-рефлекторном массаже. Воздействие сегментарно-рефлекторного массажа на органы и системами организма.

## ПРИМЕРНЫЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Цель адаптивной физической культуры. Приоритетные задачи адаптивной физической культуры. Их взаимосвязь с традиционными задачами физической культуры.
2. В чем смысл терминов «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».
3. Какие области знаний интегрирует в себе адаптивная физическая культура.
4. Основные виды адаптивной физической культуры.
5. Что такое адаптивное физическое воспитание (образование), его цели, задачи, в чем отличие от традиционных задач физического воспитания.
6. На что направлено содержание адаптивной двигательной рекреации.
7. Раскройте понятие адаптивной физической реабилитации, какие виды физической реабилитации применяются в образовательных учреждениях.
8. Особенности организации АФК и спорта для лиц с нарушением зрения.
9. Особенности организации АФК для лиц с нарушением интеллекта.
10. Особенности организации АФК для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.
11. Особенности организации АФК для лиц с нарушением слуха.
12. Принципы составления комплекса физических упражнений при различных патологиях в соответствии с периодом заболевания.
13. Развитие отдельных видов адаптивной физической культуры у инвалидов различных нозологических групп в России.
14. Методы АФК, используемые в комплексной реабилитации больных и инвалидов.
15. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.
16. Средства и методы адаптивной физической культуры, применяемые для восстановления или компенсации утраченных функций (привести пример).
17. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической

культуре и развития физических способностей.

18. Общепедагогические средства и методы в АФК. Средства коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений у инвалидов по опорно-двигательному аппарату.

19. Средства коррекции двигательной сферы и основных, жизненно и профессионально важных двигательных действий у инвалидов по зрению.

20. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.

21. Характеристика структуры и содержания государственных и авторских программ по адаптивному физическому воспитанию.

22. Адаптивное физическое воспитание в образовательных учреждениях (дошкольных и школьных) с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

23. Основные задачи адаптивного спорта.

24. Содержание паралимпийского, сурдоолимпийского и специального олимпийского движения.

25. Адаптивный спорт как путь преодоления психологических комплексов.

26. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев.

27. Классификация видов адаптивного спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп.

28. Структура системы социальной защиты инвалидов.

29. Психологические особенности инвалидов.

30. Психология болезни.

31. Возрастная периодизация человека в отечественной психологии.

32. Влияние физических упражнений различной направленности на органы и системы организма человека.

33. Принципы оздоровительной тренировки и их краткая характеристика.

34. Применение средств оздоровительной гимнастики в АФК.

35. Принципы, средства и методы физической реабилитации в работе с

детьми с ограниченными возможностями здоровья.

36. Воспаление: основные черты, роль в патогенезе и клинических проявлениях заболеваний.

37. Расстройства кровообращения: основные черты, роль в патогенезе и клинических проявлениях заболеваний.

38. Дистрофия: основные черты, роль в патогенезе и клинических проявлениях заболеваний.

39. Общая характеристика метода лечебной физкультуры. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений.

40. Общая характеристика метода лечебной физкультуры. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений.

41. Дозирование нагрузок.

42. Классификация и содержание физических упражнений.

43. Энергетическая характеристика физических упражнений.

44. Основные формы ЛФК.

45. Основные средства ЛФК. Методика проведения процедуры лечебной гимнастики, исходные положения, методические приемы дозирования физических упражнений (лечебная, тонизирующая, тренирующая дозировки).

46. Понятие о массаже, как средстве реабилитации.

47. Принцип классификации приемов массажа.

48. Гигиенические основы массажа.

49. Физиологическое влияние приемов массажа на органы и системы организма.

50. Понятие о сегментарно-рефлекторном массаже. Воздействие сегментарно-рефлекторного массажа на органы и системы организма.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ***1. Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры»***

1. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов : (Теория и технология) / авт.: А.Г. Трушкин и др. - Ростов н/Д : Изд-во ООО "ЦВВР", 2001. - 170 с.

2. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений, осуществл. образоват. деятельность по спец. 022500 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адапт. физ. культура)" и 0323 - "Адапт. физ. культура" / М. : Спорт, 2016. - 616 с.

### ***2. Дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры»***

1. Частные методики адаптивной физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 032102 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физ. культура) / [под общ. ред. Л.В. Шапковой]. - М. : Сов. спорт, 2007. - 603 с.

2. Физическая реабилитация : учеб. для студентов, обучающихся по спец. "Физ. культура" / под общ. ред. С.Н. Попова. - 5-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2008. - 603с.

3. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть II: учебно-методическое пособие /М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – М.: МГПУ, 2014. – 10,5 п.л.

4. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии : учеб. пособие для студ. высших и сред. проф. учеб. заведений / под общ ред. проф. Л.В. Шапковой. - М. : Сов. спорт, 2002. - 212 с.

5. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании. Учебное пособие для академического бакалавриата. – 2-е изд., пер. и доп. /И.В. Кулькова, М.Д. Рипа. - М. : Издательство Юрайт, 2017. – 170 с. – Серия: Бакалавр. Академический курс.

### ***3. Дисциплина «Психология»***

1. Петровский, Артур Владимирович. Психология: [учеб. для студентов вузов] / М. : Academia: Издат. центр "Академия", 2009. - 501 с.

#### ***4. Дисциплина «Анатомия»***

1. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – Изд. 7-е / Под ред. Б.А. Никитюка, А.А., Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. – М.: Олимпия, 2008. – 624 с.

2. Козлов В.И., О.А.Гурова . Анатомия человека : учеб. пособие для студентов медицинских вузов, / В.И.Козлов, О.А.Гурова. – 3-е изд., доп. и перераб. - М. : Практическая медицина, 2015. - 364с.

3. Козлов В.И., О.А.Гурова . Анатомия скелета : учеб. пособие для студентов медицинских вузов, / В.И.Козлов, О.А.Гурова. –М. : Практическая медицина, 2014. - 160с.

4. Козлов В.И . Анатомия соединений : учеб. пособие для студентов медицинских вузов, / В.И.Козлов. –М. : Практическая медицина, 2014. - 160с.

5. Козлов В.И., О.А.Гурова . Анатомия мышц : учеб. пособие для студентов медицинских вузов, / В.И.Козлов, О.А.Гурова. –3-е изд., доп. и перераб. - М. : Практическая медицина, 2016. - 176с.

#### ***5. Дисциплина «Физиология»***

1. Караулова, Л.К. Физиология физического воспитания и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки бакалавриата "Пед. образование" (профиль "Физ. культура") / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов. – 3-е изд., стер. – М. : Academia : Издат. центр "Академия", 2014. – 297 с.

2. Лысова, Н.Ф. Возрастная анатомия и физиология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 050100.62 "Педагогическое образование" / Н. Ф. Лысо-ва, Р. И. Айзман. – М. : ИНФРА-М, 2014. – 350 с.

3. Анатомия и физиология человека. Внутренняя среда организма человека. Кровь. Кровообращение : учеб. пособие для вузов пед. профиля / Департамент образования г. Москвы, Гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования г. Москвы " Моск. гор. пед. ун-т" (ГБОУ ВО МГПУ), Ин-т педагогики и психологии образования, Каф.естеств. – науч. дис-циплин и методики их преподавания в нач. шк. ; [авт.-сост. Э. В. Переверзева]. – М.: МГПУ, 2015. – 243 с.

4. Сапин, М.Р. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детско-гооорганизма : учеб. для студентов образоват. учреждений сред. проф. образования по дис-циплине ОПД "Возрастная анатомия, физиология и гигиена" / М. Р. Сапин, В. И. Сивогла-зов. – 10-е изд., стер. – М. : Academia : Издат. центр "Академия",2013. – 381 с.

5.Чумаков Б. Н. Возрастная анатомия и физиология : учебно-метод. пособие. Ч. 2 / Б. Н. Чумаков – М. : МГПУ, 2013. – 146 с.

6. Чумаков Б. Н. Возрастная анатомия и физиология : учебно-метод. пособие. Ч. 1 / Б. Н. Чумаков – М. : МГПУ, 2013. - 134 с.

## ***6. Дисциплина «Патология»***

1. Жук И.А. Общая патология и тератология: Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 022500 "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" / Жук, Ирина Александровна ; И.А. Жук, Е.В. Карякина. - М. : Academia, 2003. - 172с.

2. Макарова Г. А. Спортивная медицина: Учеб. Для студ. Вузов / Макарова, Галина Александровна ; Г.А. Макарова. – М. : Сов. Спорт, 2003. – 480с.

3. Частная патология: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура для лиц. с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура) / под общ. ред. С.Н. Попова. - М.: Academia : Издат. центр "Академия", 2004. - 255с.

## ***7. Дисциплина «Лечебная физическая культура»***

1.Лечебная физическая культура : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья"(адаптив. физ. культура) / под ред. С.Н. Попова. - 6-е изд., М. : Academia : Издат. центр "Академия", 2008. - 413 с.

2.Вайнер Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э.Н. Вайнер. — М. : КНОРУС, 2016. — 346 с. — (Бакалавриат).

3.Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: справочник. Изд. 3-е, перераб. и доп./ Епифанов, Виталий Александрович ; В.А. Епифанов. - М. : Издательство: Авторская Академия, 2016. - 446 с.

4.Лечебная физическая культура : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н.Попова. — 10-е изд.,стер. — М. :Академия., 2014. — 416 с.

#### **8.Дисциплина «Массаж»**

1.Бирюков, Анатолий Андреевич. Спортивный массаж : учеб. для студентов вузов М. : Academia, 2006. - 571с.,

2.Бирюков, Анатолий Андреевич. Лечебный массаж : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. физ. культура / М. : Academia : Издат. центр "Академия", 2008. - 361с.