



**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ  
ВОСПИТАНИЕ И ПОДГОТОВКА ПО  
ВИДАМ АДАПТИВНОГО СПОРТА ЛИЦ  
С ОВЗ НА ОСНОВЕ ИНКЛЮЗИВНОГО  
ПОДХОДА**

**(методические рекомендации)**

**Луганск  
2024**

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ВОСПИТАНИЕ И  
ПОДГОТОВКА ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО  
СПОРТА ЛИЦ С ОВЗ НА ОСНОВЕ  
ИНКЛЮЗИВНОГО ПОДХОДА**

*Методические рекомендации  
для студентов направлений подготовки  
49.03.02 и 49.04.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная  
физическая культура), тренеров, инструкторов-  
методистов, педагогов дошкольного образования,  
преподавателей начального, основного и среднего общего  
образования*

Луганск  
Издательство ЛГПУ  
2024

УДК 37.016:796.035-056.26(076)

ББК 75.110р3

Ф50

**Рецензенты:**

- Кривко Я. П.** – заведующий кафедрой высшей математики и методики преподавания математики, профессор федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный педагогический университет», доктор педагогических наук, доцент;
- Ляпин В. П.** – профессор кафедры физического воспитания федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный университет имени Владимира Даля», доктор биологических наук, профессор;
- Слепцов В. Н.** – заведующий кафедрой физического воспитания федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный педагогический университет», профессор.

**Коллектив авторов:**

**И. В. Клименко, А. В. Ермоленко, Ю. М. Штольц, Е. А. Мелешко,  
А. А. Вакуленко**

**Ф50**  
**Физкультурно-спортивное воспитание и подготовка по видам адаптивного спорта лиц с ОВЗ на основе инклюзивного подхода :** метод. рекомендации / сост.: И. В. Клименко, А. В. Ермоленко, Ю. М. Штольц и [др.]; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск : Издательство ЛГПУ, 2024. – 154 с.

Методические рекомендации составлены в соответствии с программой профессиональной переподготовки «Физкультурно-спортивное воспитание и подготовка по видам адаптивного спорта детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья, в том числе лиц с инвалидностью» в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и Профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту».

В методических рекомендациях рассматриваются вопросы деятельности по физическому воспитанию дошкольников с ОВЗ, а также деятельности по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта школьников, студентов и населения различных возрастных групп с ОВЗ. В программу практических занятий включены разработанные авторами инклюзивные физкультурно-спортивные технологии для детей с ОВЗ и инвалидностью, которые могут применяться на занятиях физической культурой и в тренировочном процессе. Материалы предназначены для студентов, тренеров, инструкторов-методистов по адаптивной физической культуре и преподавателей в области дошкольного, основного, среднего общего и высшего образования.

УДК 37.016:796.035-056.26(076)

ББК 75.110р3

*Рекомендовано Учебно-методическим советом «ЛГПУ» в качестве методических рекомендаций для студентов IV курса очной и заочной форм обучения 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (протокол № 5 от 11.12.2024 г.)*

© Клименко И. В. и др. 2024  
© ФГБОУ ВО «ЛГПУ», 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	7
Перечень сокращений	8
МОДУЛЬ 1. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗИ»	9
ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 1.	10
Практическое занятие № 1. Психолого-педагогическая характеристика дошкольников с ОВЗИ	10
Практическое занятие № 2. Закономерности возрастного развития и психофизических особенностей дошкольников с ОВЗИ	13
Практическое занятие № 3. Характеристика дошкольных программ по адаптивному физическому воспитанию	15
Практическое занятие № 4. Методика адаптивной физической культуры для детей с нарушением зрения	20
Практическое занятие № 5. Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе	23
Практическое занятие № 6. Методика адаптивной физической культуры для детей с умственной отсталостью	26
Практическое занятие № 7. Методика адаптивной физической культуры для детей с нарушением слуха	30
Практическое занятие № 8. Средства, формы и методы обучения, воспитания и развития дошкольников с ОВЗИ в процессе физического воспитания	33
Практическое занятие № 9. Параметры и характеристика инвентаря и оборудования, в том числе технических средств и тренажеров, используемых в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ	36
Практическое занятие № 10. Методы контроля интенсивности физической нагрузки дошкольников с ОВЗИ на занятиях по физической культуре	38
Перечень вопросов проверочного теста	41
Список рекомендуемой литературы к модулю 1.	47
МОДУЛЬ 2. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ И (ИЛИ) ПОДГОТОВКЕ ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО СПОРТА ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗИ»	50
ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 2.	50
Практическое занятие № 1. Разработка программ физкультурно-спортивных мероприятий для младших школьников с ОВЗИ	50
Практическое занятие № 2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуры	52
Практическое занятие № 3. Противопоказания к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам для младших школьников с ОВЗИ	54
Практическое занятие № 4. Составление плана занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта младших школьников с ОВЗИ	56
Практическое занятие № 5. Подготовка младших школьников с ОВЗИ к участию в физкультурных, тренировочных и спортивных мероприятиях согласно единому календарному плану их проведения (Единому календарному плану школьного спорта)	59
Практическое занятие № 6. Определение физической нагрузки и методов воздействия на организм младшего школьника с ОВЗИ с учётом нарушенных функций организма и ограничения жизнедеятельности, функциональных возможностей и психофизиологических особенностей	61

Практическое занятие № 7. Применение частных методик, средств и технологий адаптивной физической культуры и спорта	63
Практическое занятие № 8. Методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приёмы современных педагогических технологий	64
Практическое занятие № 9. Содержание и методы комплексного контроля уровня физического развития и физической, технической, тактической, психологической, теоретической и интегральной подготовленности младших школьников с ОЗВИ и способы их учёта на этапе подготовки по виду адаптивного спорта	66
Практическое занятие № 10. Технологии воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ	67
Практическое занятие № 11. Методы педагогического воздействия для устранения вредных привычек и психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ	69
Практическое занятие № 12. Гигиенические основы адаптивного физического воспитания	71
Практическое занятие № 13. Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением зрения	73
Практическое занятие № 14. Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением слуха и речи	74
Практическое занятие № 15. Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата	75
Практическое занятие № 16. Психолого-педагогические особенности младших школьников с интеллектуальным нарушением	77
Практическое занятие № 17. Планирование мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с учётом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода	79
Практическое занятие № 18. Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения	81
Практическое занятие № 19. Контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с целью коррекции разработанных планов	82
Перечень вопросов проверочного теста	84
Список рекомендуемой литературы к модулю 2.	89
<b>МОДУЛЬ 3. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ И (ИЛИ) ПОДГОТОВКЕ ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО СПОРТА СТУДЕНТОВ С ОВЗИ»</b>	91
<b>ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 3.</b>	91
Практическое занятие № 1. Разработка программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту	91
Практическое занятие № 2. Рассмотрение деятельности студенческих спортивных клубов и спортивных секций для студентов с ОВЗИ.	93
Практическое занятие № 3. Разработка адаптированной программы по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ	94
Практическое занятие № 4. Методики разработки инклюзивных программ	96

физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.	
Практическое занятие № 5. Проведение занятий со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры	98
Практическое занятие № 6. Проведение занятий со студентами с ОВЗИ с использованием технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств	99
Практическое занятие № 7. Реализация мероприятий спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта и (или) физкультурно-спортивного воспитания студентов с ОВЗИ	101
Практическое занятие № 8. Систематическая оценка уровня развития физических качеств у студентов с ОВЗИ	102
Практическое занятие № 9. Мониторинг результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ	103
Практическое занятие № 10. Консультирование студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта	104
Практическое занятие № 11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	106
Практическое занятие № 12. Мониторинг результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ	107
Практическое занятие № 13. Отбор спортивного резерва в избранном виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗИ	108
Практическое занятие № 14. Основы научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта	109
Практическое занятие № 15. Основы научно-методической разработки мониторинга состояния здоровья спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта	110
Практическое занятие № 16. Планирование мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне»	111
Практическое занятие № 17. Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».	113
Практическое занятие № 18. Контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне»	113
Перечень вопросов проверочного теста	115
Список рекомендуемой литературы к модулю 3.	118
<b>МОДУЛЬ 4. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ НАСЕЛЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП С ОВЗИ»</b>	121
<b>ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 4.</b>	122
Практическое занятие № 1. Планирование и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физических, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ	122
Практическое занятие № 2. Планирование и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение	123

физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ	
Практическое занятие № 3. Типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта	125
Практическое занятие № 4. Типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта	126
Практическое занятие № 5. Подготовка и проведение мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ	128
Практическое занятие № 6. Подготовка и проведение мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ	129
Практическое занятие № 7. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам адаптивного спорта	132
Практическое занятие № 8. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам адаптивного спорта	133
Практическое занятие № 9. Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий	135
Практическое занятие № 10. Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий	137
Практическое занятие № 11. Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	140
Практическое занятие № 12. Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)	143
Перечень вопросов проверочного теста	146
Список рекомендуемой литературы к модулю 4.	151

## Введение

Настоящие методические рекомендации адресованы студентам по направлениям подготовки 49.03.02 и 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), тренеров, инструкторов-методистов, педагогов дошкольного образования, преподавателей начального, основного и среднего общего образования, проходящим переквалификацию по дополнительной профессиональной программе «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту».

Целью рецензируемых методических рекомендаций является освоение теоретико-методологических, практико-ориентированных знаний, умений и навыков в области организации и проведения мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по видам адаптивного спорта детей или взрослых с ОВЗИ.

Методические рекомендации имеют практико-ориентированную направленность. Их содержание и характер задач, стоящих перед специалистами, определяются основными стратегическими линиями содержания деятельности по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта дошкольников с ОВЗИ, школьников с ОВЗИ, студентов с ОВЗИ, населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

## Перечень сокращений

АООП – адаптированная основная общеобразовательная программа;

АООП ДО – адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования;

АОП – адаптированная образовательная программа;

АФК – адаптивная физическая культура;

ГТО – Всероссийский государственный комплекс «Готов к труду и обороне»;

ДОУ – дошкольное образовательное учреждение;

ДЦП – детский церебральный паралич;

ОВЗ – ограниченными возможностями здоровья;

ОВЗИ – ограниченными возможностями здоровья, в том числе инвалидов;

ПМПК – психолого-медико-педагогическая комиссия;

РАС – расстройство аутического спектра;

ТНР – тяжёлые нарушения речи;

ФГОС ВО – Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования.

# МОДУЛЬ 1. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ»

## I. АННОТАЦИЯ

*Физическое воспитание детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью является одним из важных направлений образовательного процесса в дошкольной организации, так как данный возраст связан с подготовкой детей к школе, их социальной адаптацией и дальнейшего обучения.*

*Двигательные, психические, сенсорные нарушения имеют разные причины, время, степень поражения, сопутствующие заболевания, вторичные отклонения, разный уровень здоровья и сохранных функций, что лимитирует двигательную активность детей с ОВЗ и/или инвалидностью и требует дифференцированного и индивидуально-ориентированного подхода в выборе средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры, постановки и решения коррекционных, компенсаторных, профилактических задач, сопряженных с процессом обучения, воспитания, физического, психического, личностного развития данной категории детей.*

**Цель:** формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) и Профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту».

## ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 1.

### Практическое занятие № 1.

**Тема:** «Психолого-педагогическая характеристика дошкольников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** формирование у слушателей системы навыков практического применения знаний о клинических особенностях развития детей при различных типах дизонтогенеза при осуществлении психолого-педагогической диагностики.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха (глухие, слабослышащие).
2. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения (слепые, слабовидящие).
3. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи.
4. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями интеллекта (умственно отсталые дети).
5. Психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития.
6. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
7. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями эмоционально-волевой сферы.
8. Психолого-педагогическая характеристика детей с множественными нарушениями (сочетание 2-х или 3-х нарушений).

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Специфические аспекты проектирования индивидуального образовательного маршрута для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью на основе проведения процедуры обследования познавательной сферы.

2. Специфические аспекты проектирования индивидуального образовательного маршрута для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью на основе проведения процедуры обследования сенсомоторной сферы.

3. Каковы основные особенности развития ребенка дошкольного возраста (*на примере любой нозологической группы*)?

4. Изучение каких сфер деятельности включает в себя психолого-педагогическое обследование ребенка дошкольного возраста?

5. Назовите основные параметры оценки моторной деятельности в дошкольном возрасте.

**Практические задания.**

1. Заполнить таблицу.

**Дифференциальная диагностика основных нарушений детей с ОВЗ**

<b>Нозологическая группа</b>	<b>Особенности развития</b>
<b>Развитие познавательной сферы</b>	
<i>Нарушения слуха</i>	
<i>ДЦП</i>	
<i>Нарушения зрения</i>	
<i>Нарушения речи</i>	
<b>Развитие эмоционально-волевой сферы</b>	
<i>Нарушения слуха</i>	
<i>ДЦП</i>	
<i>Нарушения зрения</i>	
<i>Нарушения речи</i>	
<b>Особенности двигательной сферы</b>	
<i>Нарушения слуха</i>	
<i>ДЦП</i>	
<i>Нарушения зрения</i>	
<i>Нарушения речи</i>	
<b>Специфические особенности</b>	
<i>Нарушения слуха</i>	

ДЦП	
Нарушения зрения	
Нарушения речи	

## 2. Установите соответствия в педагогическом изучении детей с нарушениями развития.

1. Дети с нормальным интеллектуальным развитием

А. Нуждаются в стимуляции и организующей помощи педагога вследствие недостатка внимания, снижения мышления и памяти, утомляемости и неуверенности в себе. Задания им следует предлагать дозированно и оказывать необходимую помощь.

2. Дети с задержкой психического развития

Б. После неоднократных объяснений и показа способа действий испытывают трудности при выполнении аналогичного задания, воспринимая его как новое. Они, как правило, с трудом осмысливают задание, не находят рациональных приемов работы. Интерес к выполнению заданий у них выражен слабо, организующая и направляющая помощь педагога малоэффективна. Характерна бессистемная, нецеленаправленная деятельность, низкая саморегуляция, слабость произвольного внимания.

3. Умственно отсталые дети

В. Обычно проявляют интерес к обследованию, стремятся к успешному выполнению заданий, обнаруживают необходимую активность и достаточные волевые усилия. Они ориентированы на похвалу, планируют свои действия и продуктивно используют помощь педагога.

### Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить материал лекции.
2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).
3. Сформировать содержание психолого-диагностического альбома, содержащего диагностические материалы для проведения процедуры обследования психомоторного развития дошкольника (4-6 лет); *изучаемые функции:*

- общая моторика;
- мелкая моторика;
- зрительно-моторная координация;
- восприятие;
- память;
- внимание;
- мышление;
- пространственная ориентировка;
- речь.

## **Практическое занятие № 2.**

**Тема:** «Закономерности возрастного развития и психофизических особенностей дошкольников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений различать основные категории детей с особыми образовательными потребностями; этиологию и патогенез различных форм нарушений развития; клинические особенности психофизического и возрастного развития детей при различных типах дизонтогенеза.

### **Вопросы для изучения:**

1. Общие представления о психомоторике как особом виде деятельности и ее структурных компонентах.
2. Психофизиологическая природа психомоторики.
3. Развитие психомоторики детей в нормальном онтогенезе.
4. Влияние двигательной активности на психическое и речевое развитие ребенка.
5. Типология психомоторных нарушений.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Психомоторика детей дошкольного возраста с перинатальным поражением нервной системы.
2. Особенности психомоторики умственно отсталых детей.
3. Особенности психомоторики детей с задержкой

психического развития.

4. Особенности психомоторики детей с нарушением слуха.

5. Особенности психомоторики детей с нарушением зрения.

6. Особенности психомоторики детей с нарушением речи.

7. Особенности психомоторики детей с ранним детским аутизмом.

### **Практические задания.**

1. Заполнить таблицу.

#### **Структура дефекта при различных нарушениях**

<b>Нарушение развития</b>	<b>Причины</b>	<b>Проявления</b>
<i>Нарушения слуха</i>		
<i>ДЦП</i>		
<i>Нарушения зрения</i>		
<i>Нарушения речи</i>		

2. Заполнить таблицу.

#### **Системы периодизации возрастных периодов в жизни человека**

<b>Периодизация по автору</b>	<b>Характеристика</b>
Периодизация по Л. С. Выготскому	
Периодизация по Д. Б. Эльконину	
Периодизация Эриксона	
Периодизация по Н. П. Гундобину	

3. Заполнить таблицу.

## Особенности психомоторного развития ребенка дошкольного возраста с ОВЗИ

Возраст	Ведущий вид деятельности	Характеристика сенсорного и психомоторного развития
3-4 года		<i>Нарушения слуха:</i> <i>ДЦП:</i> <i>Нарушения зрения:</i> <i>Нарушения речи:</i>
5 лет		<i>Нарушения слуха:</i> <i>ДЦП:</i> <i>Нарушения зрения:</i> <i>Нарушения речи:</i>
6-7 лет		<i>Нарушения слуха:</i> <i>ДЦП:</i> <i>Нарушения зрения:</i> <i>Нарушения речи:</i>

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).
3. Описать структуру двигательного дефекта при ДЦП.

### **Практическое занятие № 3.**

**Тема:** «Характеристика дошкольных программ по адаптивному физическому воспитанию».

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений анализировать содержание Адаптированных основных образовательных программ дошкольного образования для детей с ОВЗИ.

### **Вопросы для изучения:**

1. Нормативно-правовое регулирование применения АООП.
2. Структура АООП.
3. Особенности АООП дошкольного образования.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Как осуществляется выбор АООП в соответствии с возрастом и категориями ОВЗ?
2. В чем принципиальная разница между индивидуальной АОП и АООП дошкольной группы?
3. Какие подходы к психолого-педагогическому сопровождению детей раннего и дошкольного возраста с ОВЗ являются общими для всех категорий детей? Почему?
4. Какими документами регулируется организация педагогической деятельности по адаптированным основным общеобразовательным программам и коррекции нарушений развития?
5. В каких формах реализуется содержание АООП для детей с расстройствами аутистического спектра?
6. Что подразумевает коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» для детей с ЗПР?

### **Практическое задание.**

1. Заполнить таблицу.

### **Характеристика и содержание образовательной области «Физическое развитие» Примерных адаптированных основных образовательных программ дошкольного образования**

№ п/п	Наименование адаптированной основной образовательной программы	Содержание образовательной области «Физическое развитие»
1	2	3

Продолжение таблицы

1	2	3
1.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей раннего и дошкольного возраста с расстройствами аутистического спектра	
2.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием	
3.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабовидящих детей	
4.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с задержкой психического развития	

Окончание таблицы

1	2	3
5.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с тяжелыми нарушениями речи	
6.	Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата	

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

2. Провести поиск и проанализировать качество АООП (не менее двух) по следующим критериям:

1. В образовательной программе присутствует обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений, предоставленная в целевом, содержательном и организационном разделах?	
2. Целевой, содержательный и организационный компонент программы соответствует возрастным и индивидуальным особенностям детского контингента?	
3. В части, формируемой участниками образовательных отношений, целевая направленность программы разработаны в соответствии с	

изучением спроса на услуги со стороны потребителей?	
4. В программе учитываются потребности и возможности всех участников образовательных отношений?	
5. Оформление титульного листа и содержания программы соответствует нормативным документам?	
6. В целевом разделе представлена пояснительная записка, где описаны цели и задачи Программы, а также принципы и подходы к ее формированию?	
7. В целевом разделе представлены планируемые результаты освоения АООП (на каждом возрастном этапе)?	
8. В содержательном разделе представлены обязательная часть, где описаны основные виды деятельности ребенка дошкольного возраста, представленные в пяти образовательных областях, с учетом используемых примерных программ дошкольного образования и методических пособий?	
9. В АООП ДО представлены вариативные формы, способы, методы и приемы работы с детьми с ОВЗ, с учетом специфики их образовательных потребностей?	
10. В АООП ДО описаны специальные условия, для получения образования детьми с ОВЗ, механизмы их адаптации, особенности проведения индивидуальных и групповых коррекционных занятий и пр.?	
11. В части, формируемой участниками образовательных отношений учтена специфика	

национальных и социокультурных условий, в которых осуществляется ОД?	
12. В АООП ДО представлено комплексно-тематическое планирование и сложившиеся традиции ДОУ и Группы?	
13. В организационном разделе представлено описание материально-технических средств, обеспечивающих реализацию АООП ДО?	
14. Представлен ли режим дня, учебный план, календарный учебный график?	
15. В АООП описаны особенности традиционных событий, праздников и мероприятий, а также формы и описание досуговых мероприятий, посвященных памятным датам?	
16. Представленная в АООП ДО предметно-пространственная среда соответствует специфике описанной группы детей с ОВЗ (ТНР, РАС и пр.)?	
17. В Программе отсутствует информация, наносящая вред физическому или психическому здоровью воспитанников или противоречащая российскому законодательству?	

#### **Практическое занятие № 4.**

**Тема:** «Методика адаптивной физической культуры для детей с нарушением зрения».

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков планирования физкультурного занятия с дошкольниками с нарушением зрения с учетом их психофизических особенностей и сформированности их двигательной сферы.

### **Вопросы для изучения:**

1. Зрительные дисфункции у детей дошкольного возраста.
2. Задачи и средства адаптивной физической культуры для детей с нарушением зрения.
3. Коррекционная направленность адаптивной физической культуры для детей с нарушением зрения.
4. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития дошкольников с нарушением зрения.
5. Использование и развитие сохранных анализаторов детей с нарушением зрения.
6. Методика и организация подвижных игр с детьми с нарушением зрения.
7. Методика обучения плаванию дошкольников с нарушением зрения.
8. Особенности общения и регуляции психоэмоционального состояния детей со зрительными нарушениями.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте характеристику основным зрительным функциям.
2. Дайте характеристику основным глазным заболеваниям, наиболее часто встречающимся у детей школьного возраста.
3. Как вы понимаете термин «ребенок с нарушением зрения»?
4. Охарактеризуйте особенности физического развития детей со зрительной депривацией.
5. Охарактеризуйте особенности психического развития детей с нарушением зрения.
6. В чем заключается коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения?
7. Перечислите задачи (общие и коррекционные)

адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения.

8. В чем заключается коррекционная направленность подвижных игр для детей с нарушениями зрения?

9. Дайте характеристику структуры и содержания урока коррекционной направленности для детей с нарушением зрения.

10. В чем заключаются особенности обучения незрячих детей плаванию?

11. Перечислите формы повышения двигательной активности детей с депривацией зрения.

12. Перечислите особенности общения с детьми, имеющими зрительные нарушения.

13. Перечислите условия предупреждения травматизма в процессе занятий физическими упражнениями.

14. Существует ли разница в методике обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих детей?

### **Практические задания.**

1. Составить комплекс упражнений по обучению приемам пространственной ориентировки для детей дошкольного возраста со зрительными нарушениями на основе использования и развития сохранных анализаторов (слух, осязание, обоняние, остаточное зрение).

2. Составить комплекс физических упражнений для коррекции патологической позы (походки, осанки, координационных нарушений, опорно-двигательного аппарата и т.п.) у детей дошкольного возраста со зрительной патологией.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).
3. Заполнить таблицу.

**Методика адаптивной физической культуры для  
детей с нарушением зрения в дошкольных  
образовательных учреждениях**

№	Позологическая группа	Особенности организации занятия адаптивной физической культурой
1.	Слабовидящие дети	- ... - ... - ... - ... - ... - ... - ... - ...
2.	Слепые дети	- ... - ... - ... - ... - ... - ... - ... - ...

4. Решить ситуационную задачу.

*Девочка – 7 лет, зрительные ощущения на оба глаза отсутствуют полностью. Она не способна без посторонней помощи перемещаться и адаптироваться в окружающей обстановке.*

1) Дать предположительный диагноз. Объяснить – как происходит развитие в норме, и почему выбран предлагаемый диагноз.

2) Описать коррекционные направления физкультурной деятельности, рекомендации для педагогов, родителей.

**Практическое занятие № 5.**

**Тема:** «Методика адаптивной физической культуры»

при детском церебральном параличе».

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков планирования физкультурного занятия с дошкольниками с детским церебральным параличом с учетом их психофизических особенностей и сформированности их двигательной сферы.

**Вопросы для изучения:**

1. Понятие о детском церебральном параличе: эпидемиология, классификация, этиология.
2. Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения. Речевые и психические отклонения детей с ДЦП.
3. Двигательные нарушения детей с ДЦП.
4. Особенности методики адаптивной физической культуры при ДЦП.
5. Методика обучения плаванию дошкольников с ДЦП.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие нарушения преимущественно наблюдаются при ДЦП?
2. Какие формы ДЦП встречаются наиболее часто?
3. При какой форме ДЦП выявляются самые тяжелые двигательные, речевые и психические нарушения?
4. Какие рефлексы необходимо развивать у детей с ДЦП?
5. Какие мышцы наиболее спастичны при ДЦП?
6. Какие мышцы наиболее гипотоничны при ДЦП?
7. Какие упражнения стимулируют речь при ДЦП?
8. Какими упражнениями целесообразно расслаблять дистальные отделы конечностей у детей с ДЦП?
9. Какая типичная порочная установка формируется при ДЦП в верхних конечностях?

10. Какая типичная порочная установка формируется при ДЦП в нижних конечностях?

11. Какие упражнения помогают формировать выпрямительные рефлексы?

12. Какие задачи решаются на занятиях по адаптивной физической культуре при ДЦП?

13. Какими упражнениями на фитболах можно уменьшить действие позотонических рефлексов?

14. Какими диагностическими тестами можно оценить эффективность коррекции двигательных нарушений при ДЦП?

### **Практические задания.**

1. Составить комплекс физических упражнений для формирования опороспособности верхних и нижних конечностей у дошкольников с ДЦП.

2. Составить комплекс упражнений для развития и укрепления мышечно-связочного аппарата (упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса, плечевого пояса, нижних и верхних конечностей) для детей дошкольного возраста с ДЦП.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Заполнить таблицу.

### **Методика адаптивной физической культуры для детей с ДЦП в дошкольных образовательных учреждениях**

<b>№ п/п</b>	<b>Нозологическая группа</b>	<b>Особенности организации занятия адаптивной физической культурой</b>
1.	Дети со спастической диплегией	– ... – ...
1	2	3

## Окончание таблицы

1	2	3
2.	Дети с гемиплегической формой ДЦП	- ... - ... - ... - ... - ... - ... - ... - ...

### 4. Решить ситуационную задачу.

*Мальчик – 10 лет. Первый раз появился на занятиях АФК, где сразу была замечена особенность в походке мальчика – ребенок при ходьбе переносил почти прямую ногу (сгибал только в стопе). Ходит на носочках. Так же одна рука при ходьбе отведена в сторону, ладонь кверху. Рука имеет позу просящего человека. В общении с детьми не активен, на вопросы ответы словами не даёт, но почти всегда реагирует на обращение – реакция неоднозначная, от активно положительной, до отрицательной с криком. Замечена необычная интонация – монотонная, без разнообразия. Речь в развитии отстаёт, активный словарь скудный (существительные, иногда глаголы), пассивный невыяснен.*

1. Дать предположительный диагноз. Объяснить – как происходит развитие в норме, и почему выбран предлагаемый диагноз.

2. Описать коррекционные направления физической деятельности, рекомендации для педагогов, родителей.

## **Практическое занятие № 6.**

**Тема:** «Методика адаптивной физической культуры для детей с умственной отсталостью».

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков планирования физкультурного занятия с дошкольниками с умственной отсталостью с учетом их психофизических особенностей и сформированности их двигательной сферы.

**Вопросы для изучения:**

1. Понятие, причины и формы умственной отсталости.

2. Особенности методики адаптивной физической культуры с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии.

3. Основные и специфические задачи адаптивной физической культуры для детей с умственной отсталостью.

4. Методы и методические приемы, используемые в процессе занятий физическими упражнениями с детьми с умственной отсталостью.

5. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью.

6. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что такое умственная отсталость?

2. Раскройте причины и формы умственной отсталости.

3. Охарактеризуйте особенности физического развития детей с умственной отсталостью.

4. Какие общие и специфические задачи решаются в процессе адаптивной физической культуры для детей с умственной отсталостью?

5. В чем состоят особенности обучения двигательным действиям детей с умственной отсталостью?

6. Раскройте специфические особенности методики развития координационных способностей детей с умственной отсталостью.

7. Каким образом через движение осуществляется коррекция психических нарушений (внимания, памяти, речи и др.) детей с умственной отсталостью?

8. Охарактеризуйте основные нарушения в технике ходьбы и бега умственно отсталого ребенка и раскройте методические приемы их коррекции.

9. Охарактеризуйте основные нарушения в технике прыжков умственно отсталого ребенка и раскройте методические приемы их коррекции.

10. Охарактеризуйте основные нарушения в технике метания умственно отсталого ребенка и раскройте методические приемы их коррекции.

11. В чем состоит необходимость развития мелкой моторики рук для умственно отсталого ребенка? Какими приемами корригируются эти нарушения?

12. Какими приемами корригируются нарушения осанки и телосложения детей с умственной отсталостью?

13. Раскройте роль подвижных игр для детей с умственной отсталостью.

14. Как с помощью подвижной игры можно регулировать эмоциональное состояние умственно отсталых детей?

15. Какие методические требования необходимо соблюдать при организации и проведении подвижных игр с умственно отсталыми детьми?

### **Практические задания.**

1. Составить комплекс упражнений для развития навыка лазанья и перелазания для детей дошкольного возраста с умственной отсталостью.

2. Составить комплекс физических упражнений для развития проприоцептивной чувствительности у детей дошкольного возраста с умственной отсталостью.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Составить план-конспект занятия по адаптивной физической культуре для детей с умственной отсталостью.

### Требования к оформлению плана-конспекта занятия по адаптивной физической культуре

Конспект занятия № \_\_\_\_\_

для детей \_\_\_\_\_ возраста

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Задачи занятия: \_\_\_\_\_

Общие:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Основная			

<b>Заключительная</b>			

### **Практическое занятие № 7.**

**Тема:** «Методика адаптивной физической культуры для детей с нарушением слуха».

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков планирования физкультурного занятия с дошкольниками с нарушением слуха с учетом их психофизических особенностей и сформированности их двигательной сферы.

**Вопросы для изучения:**

1. Анатомо-физиологическая характеристика нарушений слуха.
2. Причины стойких нарушений слуха.
3. Взаимосвязь слухового и вестибулярного анализаторов.
4. Методика коррекции двигательных нарушений глухих детей дошкольного возраста.
5. Методика начального обучения плаванию слабослышащих детей дошкольного возраста.
6. Роль компенсаторных механизмов в развитии глухих детей.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Раскройте основные причины нарушений слуха.
2. Раскройте анатомическую структуру слухового анализатора.
3. В чем заключается механизм звукопроводящего и

звукоспринимающего аппарата?

4. Раскройте действующие классификации стойких нарушений слуха.

5. В чем разница глухоты и тугоухости?

6. В чем состоят особенности глухих с рождения и позднооглохших?

7. Какие психофизические и двигательные особенности характерны для слабослышащих детей дошкольного возраста?

8. Какие психофизические и двигательные нарушения характерны для глухих детей?

9. В чем состоят координационные нарушения двигательной деятельности глухих?

10. В чем состоит взаимосвязь слухового и вестибулярного анализатора и ее роль в функции равновесия?

11. Раскройте взаимосвязь основных движений глухого ребенка (бега, прыжков, метания) с развитием координационных способностей.

12. В чем состоят методические особенности обучения плаванию слабослышащих детей?

13. Какие подвижные игры можно применять в воде и с какой целью?

14. Какие компенсаторные механизмы используются в развитии глухих детей?

15. Какой возраст является наиболее благоприятным для развития скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей детей с нарушением слуха?

16. Какие методы и методические приемы применяются для комплексного развития физических качеств детей с патологией слуха?

17. Раскройте методические приемы коррекции и развития произвольного внимания и двигательной памяти детей с патологией слуха средствами физических

упражнений.

### **Практические задания.**

1. Составить комплекс физических упражнений для профилактики нарушений остаточных сенсорных систем для слабослышащих детей дошкольного возраста.

2. Составить комплекс упражнений на развитие равновесия, координации движений (тренировка вестибулярного аппарата) с использованием необычных или сложных комбинаций различных движений и работы на тренажерах для детей дошкольного возраста с патологией слуха.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Составить план-конспект занятия по адаптивной физической культуре для детей с патологией слуха.

## **Требования к оформлению плана-конспекта занятия по адаптивной физической культуре**

**Конспект занятия № \_\_\_\_\_**

для детей \_\_\_\_\_ возраста

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Задачи занятия: \_\_\_\_\_

Общие:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Основная			
Заключительная			

### Практическое занятие № 8.

**Тема:** «Средства, формы и методы обучения, воспитания и развития дошкольников с ОВЗИ в процессе физического воспитания».

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений и навыков использовать соответствующие

психофизиологическому развитию ребенка дошкольного возраста средства и методы обучения, воспитания и развития для планирования физкультурных занятий (мероприятий).

**Вопросы для изучения:**

1. Понятие, значение и характеристика основных движений детей с ОВЗИ.

2. Равновесие как необходимый компонент основных движений детей с ОВЗИ.

3. Задачи обучения каждому из основных движений и их место в общей системе работы по физическому воспитанию дошкольников с ОВЗИ.

4. Методические приемы обучения с учетом возраста и степени сформированности двигательного навыка детей с ОВЗИ.

5. Формы физкультурно-оздоровительной и коррекционно-профилактической работы с детьми с ОВЗИ в условиях дошкольной организации.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Специфика воздействия каждого из основных движений на всестороннее развитие ребенка с ОВЗИ.

2. Перечислите методы и методические приемы обучения двигательным действиям детей с депривацией зрения.

3. Какие сохранные функции необходимо развивать у незрячих и слабовидящих детей на занятиях физической культурой?

4. Какими средствами тренируется функция равновесия при ДЦП?

5. Какие средства используются для формирования навыков ползания у детей с ДЦП?

6. Какие средства используются для формирования навыков стояния и ходьбы у детей с ДЦП?

7. Дайте характеристику средств физической

культуры для детей с умственной отсталостью.

8. Виды основных движений детей с ОВЗИ: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки.

9. Техника выполнения основных движений и ее особенности у детей разных нозологических групп.

10. Технологии обучения основным движениям детей с ОВЗИ.

11. Использование подготовительных и подводящих упражнений.

12. Физкультурные занятия как основная форма организованного систематического обучения детей с ОВЗИ физическим упражнениям.

### **Практическое задание.**

*Деловая игра:* «Методы обучения детей дошкольного возраста с ОВЗИ физическим упражнениям».

*Оборудование:* кегли, мешочки, мячи, скакалки, канат, обручи и др.

*Содержание и последовательность работы:* необходимо разработать фрагмент конспекта обучения детей дошкольного возраста (*патология на выбор*) физическим упражнениям (трем упражнениям разного вида – по выбору). Предоставить фрагмент в форме фото-или видеоотчета.

*Анализ, выводы и предложения.*

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.  
2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Составить картотеку коррекционных игр для детей дошкольного возраста с ОВЗИ (*на развитие ориентировки в пространстве, слухового восприятия, движений кисти, зрительного внимания, мелкой моторики и т.д.*).

## Коррекционная игра на развитие ориентировки в пространстве

Название	
Цель:	
Инвентарь:	
Инструкция:	
Методические указания:	

### Практическое занятие № 9.

**Тема:** «Параметры и характеристика инвентаря и оборудования, в том числе технических средств и тренажеров, используемых в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ».

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений и навыков подбора инвентаря и оборудования, в том числе технических средств и тренажеров, используемых в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ с учетом сенситивных периодов их развития, психофизических особенностей и возрастных потребностей.

#### Вопросы для изучения:

1. Методические особенности применения тренажеров в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ.

2. Спортивный инвентарь и оборудование для дошкольников с патологией зрения.

3. Спортивный инвентарь и оборудование для дошкольников с поражением опорно-двигательной системы.

4. Технологии адаптивной физической культуры с использованием тренажера Гросса для детей с ОВЗИ.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Техника безопасности при эксплуатации инвентаря и оборудования, в том числе технических средств и тренажеров, используемых в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ.

2. Особенности эксплуатации спортивных сооружений, используемых в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ.

3. Материальное оснащение спортивных залов для дошкольников с ОВЗИ.

4. Санитарный контроль за инвентарем и оборудованием, используемом в процессе занятий физической культурой с дошкольниками с ОВЗИ.

5. Какие ориентиры используют для незрячих или слабовидящих дошкольников в процессе физического воспитания?

#### **Практическое задание.**

Написать эссе на тему: Формирование безопасной искусственно управляемой развивающей среды с учетом психофизических особенностей и возрастных потребностей дошкольников с ОВЗИ.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Заполнить таблицу (не менее 15 наименований).



и навыков регламентировать объем и интенсивность нагрузки с учетом возрастных и психофизических особенностей дошкольников с ОВЗИ на занятиях по физической культуре.

**Вопросы для изучения:**

1. Особенности регулирования психофизической нагрузки дошкольников с ОВЗИ.

2. Показания и противопоказания к физическим нагрузкам для детей разных нозологических групп.

3. Нагрузка на занятиях физической культурой (физическая, психическая, эмоциональная), приемы ее регулирования.

4. Общая и моторная плотность физкультурного занятия для дошкольников с ОВЗИ.

5. Контроль за самочувствием и поведением детей на физкультурном занятии и после его завершения.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите противопоказания при регулировании физической нагрузки детей школьного возраста с нарушением зрения.

2. При каких офтальмологических заболеваниях предусмотрены противопоказания и к каким видам физических упражнений?

3. В чем заключаются особенности регулирования физической нагрузки дошкольников с ОВЗИ на уроках физической культурой, ритмикой, ЛФК?

4. Оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой при ДЦП.

5. Врачебно-педагогический контроль физического воспитания в дошкольном учреждении.

6. Фазы динамики работоспособности и части отдельного занятия.

7. Основные характеристики структуры занятий (способы упорядочения деятельности занимающихся;

части занятия, их соотношение и общая последовательность; порядок распределения материала внутри частей занятий; моторная плотность и т.д.).

8. Протокол учета пульсовых данных на занятии физической культурой, техника получения данных ЧСС.

9. Виды тестирования уровня развития двигательных способностей детей с ОВЗИ.

10. Средства и методы практической реализации контроля на физкультурно-оздоровительных занятиях с дошкольниками с ОВЗИ.

11. Взаимосвязь контроля педагога, самоконтроля и взаимоконтроля.

### **Практические задания.**

1. Составить график пульсометрии (физиологическую кривую) и рассчитать тренирующий эффект физкультурного занятия для дошкольников с патологией зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, умственной отсталостью.

2. Разработать «Физкультурный паспорт» для дошкольников с ОВЗИ (на выбор).

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).

3. Подобрать комплекс диагностического инструментария для оценки физического развития и двигательной подготовленности дошкольников с патологией зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, умственной отсталостью.

## Перечень вопросов проверочного теста:

1. *Дошкольный возраст:*

- а) от 1 года до 6 лет;
- б) от рождения до 2 лет;
- в) от 3 лет до 7 лет.**

2. *Основными психомоторными функциями в дошкольном возрасте считают:*

- а) внимание;
- б) скоординированные движения;**
- в) ощущение;
- г) восприятие;**
- д) память;
- е) выполнение строевых упражнений;
- ж) выполнение кувырков вперед-назад при помощи взрослого;
- з) мышление;**
- и) речь;
- к) воображение.

*Выберите три правильных ответа.*

3. *Что такое адаптированная образовательная программа:*

а) образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ОВЗ с учётом особенностей их регионального развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц;

**б) образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ОВЗ с учётом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая**

**коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.**

*4. Кем разрабатывается адаптированная основная образовательная программа:*

а) самостоятельно педагогом, работающим с ребенком с ОВЗ;

б) совместно педагогом и родителями;

**в) самостоятельно образовательной организацией на основе рекомендаций ПМПК.**

*5. Основой для определения варианта адаптированной образовательной программы для воспитанника с ОВЗ, является:*

**а) рекомендации ПМПК, сформулированные по результатам комплексного обследования ребенка;**

б) выбор самого ребенка;

в) письменное заявление родителей (законных представителей) ребенка.

*6. Особенности построения физкультурного занятия дошкольников с нарушением зрения:*

а) использовать нагрузки с большой интенсивностью в беге, передвижение на коньках;

б) использовать упражнения с сотрясением тела и наклонным положением головы;

в) использовать резкие наклоны, прыжки, упражнения с отягощением;

г) использовать длительные мышечные напряжения и статические упражнения;

д) использовать упражнения с резким перемещением положения тела и возможными травмами головы;

**е) все ответы не верные.**

7. К сопутствующим заболеваниям, встречающимся у детей с нарушением зрения, относятся:

- а) различные типы дизартрии;
- б) разные виды дисграфии;
- в) соматические заболевания;
- г) минимальная мозговая дисфункция;
- д) **все ответы верные.**

8. Особенности построения физкультурного занятия дошкольников с нарушениями слуха:

а) **различные упражнения на формирование осанки в обязательном порядке включаются во все занятия при выполнении различных видов упражнений;**

б) на занятиях по физической культуре дети обязательно должны общаться посредством словесной речи;

в) на занятиях по физической культуре лазанье с опорой только на руки противопоказано;

г) каждое новое движение сначала показывается детям без словесного сопровождения;

д) **все ответы верные.**

9. Особенности развития двигательной сферы глухих обусловлены:

а) функциональным нарушением некоторых физиологических систем;

б) отсутствием слуха;

в) недостаточным развитием речи;

г) **все ответы верные.**

*10. Подвижные игры для детей с дефектами верхних конечностей включают:*

а) подвижные игры с различными предметами, например, с мячом или летающей тарелкой;

б) игры, где содержание не требует участия верхних конечностей для решения поставленных задач;

в) игры с элементами футбола;

**г) подвижные игры, направленные на использование сохраненных функций, в частности функций нижних конечностей;**

д) все ответы верные.

*11. Особенности построения физкультурного занятия дошкольников с задержкой психического развития:*

а) требования безопасности должны реализовываться за счет подавления двигательной активности;

**б) развивать правильное физиологическое дыхание;**

**в) осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;**

**г) постоянно следить за осанкой детей.**

*Выберите три правильных ответа.*

*12. Особенности построения физкультурного занятия дошкольников с интеллектуальными нарушениями:*

**а) пик двигательной нагрузки приходится на завершение первой трети занятия;**

б) пик двигательной нагрузки приходится на подготовительную часть занятия;

**в) занятие необходимо начинать с общеразвивающей разминки;**

**г) заканчивается занятием подвижной игрой, позволяющей закрепить полученные навыки.**

*Выберите три правильных ответа.*

*13. Подвижные игры для детей с врожденными или ампутационными дефектами нижних конечностей включают:*

а) игры могут проводиться с использованием костылей;

б) в упрощенных условиях сидя на полу, на гимнастическом ковре;

в) участие в спортивных играх, как с использованием протезов, так и без них;

**г) все ответы верные.**

*14. Оценку эффективности физкультурного занятия для дошкольников с ОВЗИ производят по показателям:*

а) утомленность, возбужденность детей;

**б) моторная плотность и средний уровень частоты сердечных сокращений;**

в) развитие двигательных качеств и навыков;

г) динамика состояния здоровья детей, утомленность.

*15. Что относится к специальным коррекционным задачам адаптивного физического воспитания для детей с нарушениями зрения?*

а) укрепление здоровья;

б) формирование волевых качеств;

в) активизация сердечно-сосудистой системы;

**г) коррекция ограниченности и скованности движений.**

*16. Какой метод обучения является наиболее часто применяемым для детей с нарушениями зрения?*

- а) словесный;**
- б) двигательный;
- в) игровой;
- г) наглядный.

*17. На развитие каких физических качеств у детей с нарушениями слуха должно быть направлено большее количество упражнений?*

- а) ловкости;
- б) скоростно-силовых способностей;
- в) координационных способностей;**
- г) гибкости.

*18. Что относится к нарушениям мышечного тонуса при ДЦП?*

- а) гипотония;
- б) ригидность;
- в) дистония;
- г) все ответы верные.**

*19. С чем связаны особенности моторики детей с интеллектуальными нарушениями?*

- а) с недостаточной длиной тела;
- б) с недостаточно развитыми высшими уровнями регуляции;**
- в) с низкой массой тела;
- г) с деформациями черепа.

*20. На каких подходах регулирования физической нагрузки основывается построение адаптивного физического воспитания?*

- а) созидательный;
- б) групповой;**
- в) дифференцированный;**

**г) индивидуальный.**

*Выберите три правильных ответа.*

**Список рекомендуемой литературы к модулю 1.**

*А) основная литература:*

1. Адаптивное физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях: учебно-методическое пособие / составители Т. А. Жмурова, С. М. Рябцев. – Севастополь: СевГУ, 2021. – 98 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/177118>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Адаптивное физическое воспитание детей с отклонениями в состоянии здоровья в дошкольных учреждениях: учебное пособие / Л. Д. Батищева, А. А. Марченко, М. И. Евстигнеева, Л. Е. Деньгова. – Ставрополь: СтГМУ, 2020. – 168 с. – ISBN 978-5-89822-657-2. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/216839>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Снигур, М. Е. Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие / М. Е. Снигур. – Сургут: СурГПУ, 2021. – 122 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/258995>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

*Б) дополнительная литература:*

1. Евсева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсева, С. П. Евсеев; под ред. С. П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 384 с. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. – URL:

<https://www.iprbookshop.ru/55569.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Мелентьева, Н. Н. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушением зрения и слуха / Н. Н. Мелентьева. – 3-е изд., стер. – СПб: Лань, 2023. – 128 с. – ISBN 978-5-507-48410-2. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/352652>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Соколова, В. С. Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста с детским церебральным параличом: монография / В. С. Соколова, А. А. Анастасиадис. – М.: Московский педагогический государственный университет, 2018. – 164 с. – ISBN 978-5-4263-0603-5. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/79055.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Сосуновский, В. С. Физическое и психомоторное развитие дошкольников 5–6 лет на основе кинезиологической образовательной технологии / В. С. Сосуновский, В. Г. Шилько, А. И. Заглевская. – Томск: Издательство Томского государственного университета, 2021. – 127 с. – ISBN 978-5-907442-01-6. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/116882.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие: в 2 частях / составитель Е. С. Стоцкая. – Омск: СибГУФК, 2019. – Часть 1: Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами поведения. – 2019. – 195 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/142493>. – Режим

доступа: для авторизир. пользователей

*В) интернет-ресурсы:*

1. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам;

2. <http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал;

3. <http://www.elibrary.ru/> eLIBRARY.RU;

4. <http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»;

5. <https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books

6. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань».

## **МОДУЛЬ 2. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ И (ИЛИ) ПОДГОТОВКЕ ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО СПОРТА ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗИ»**

### **II. АННОТАЦИЯ**

*Физическая культура в школе должна учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка. Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗИ), в особенности младшего школьного возраста, часто сталкиваются с комплексом проблем, которые влияют на дальнейшее развитие детей. Дети с ограниченными возможностями здоровья должны иметь возможность для полноценной физической активности, чтобы справиться с уже существующими проблемами и предотвратить возникновение потенциальных вторичных заболеваний. Поэтому ключевую роль в физическом воспитании школьников с ОВЗИ играет подбор разнообразных форм, методов и технологий проведения занятий физической культурой, которые помогут повысить уровень физического развития.*

**Цель:** ознакомление и изучение основных понятий в области физкультурно-спортивного воспитания и адаптивного спорта, а также приобретение навыков разработки и применения плана занятий по адаптивной физической культуре в школе.

### **ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 2.**

#### **Практическое занятие № 1.**

**Тема:** «Разработка программ физкультурно-спортивных мероприятий для младших школьников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** изучение нормативно-правовых документов в сфере адаптивного физического воспитания и спорта.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Цель, задачи, принципы и отличительные особенности программ физкультурно-спортивных мероприятий.

**Тест № 1.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какие принципы используются при составлении программ физкультурно-спортивной деятельности?**

а) принцип научности, принцип системности и принцип индивидуальности;

б) принцип цикличности, принцип регулярности и принцип повторности;

в) верного ответа нет.

**2. В чём отличительные особенности образовательной программы младших школьников с ОВЗИ?**

а) занятия построены с учётом возрастных особенностей детей;

б) программа предполагает целенаправленно организованный образовательный процесс так, чтобы от учеников требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности;

в) всё перечисленное.

**3. Физкультурно-спортивные мероприятия - это:**

а) состязательная игровая деятельность, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей занимающегося;

б) вид в системе физической культуры и спорта, который формирует потребность в физическом совершенствовании, развитии двигательных способностей и нравственно-волевых качеств;

**в) всё перечисленное.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Содержание адаптированной программы в начальной школе.
2. Функции адаптированной программы в начальной школе.
3. Требования к соревновательной деятельности для школьников младшего возраста с ОВЗИ.

**Заполнить таблицу.**

№ п/п	Название нормативно-правового документа, который необходим для составления программы физического воспитания или по адаптивному спорту для младших школьников с ОВЗИ	Содержание нормативно-правового документа

**Практическое занятие № 2.**

**Тема:** «Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуры».

**Цель занятия:** изучение технологий физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуры».

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Базовые виды технологий физкультурно-спортивной

деятельности адаптивной физической культуры.

**Тест № 2.** Выбрать правильный ответ.

**1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре в зависимости от направленности стратегии подбора упражнений, методов и организационных форм занятий делятся на:**

а) технологии, ориентированные на улучшение функционального состояния занимающихся, независимо от профиля их заболеваний;

б) технологии, предусматривающие коррекцию конкретных проблемных зон организма;

**в) всё перечисленное.**

**2. Технология, направленная на систематичное и последовательное воплощение на практике заранее и строго спроектированного учебно-воспитательного процесса, обеспечивающего гарантированный успех педагогических процессов, называется:**

а) педагогическое образование;

**б) педагогическая технология;**

в) педагогическое воспитание.

**3. Величина нагрузки физических упражнений обусловлена:**

**а) сочетанием объёма и интенсивности двигательных действий, а также степенью преодолеваемых при их выполнении трудностей;**

б) массой тела;

в) утомлением, возникающим в результате их выполнения.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Спортивные игры для детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

2. Содержание адаптивного физического воспитания младших школьников с ОВЗИ.

3. Требования к физическим упражнениям для детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

### Заполнить таблицу

№ п/п	Название технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	Содержание технологии

### Практическое занятие № 3.

**Тема:** «Противопоказания к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам для младших школьников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** изучение перечня противопоказаний к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам для младших школьников с ОВЗИ.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Виды двигательных режимов и физических упражнений для младших школьников с ОВЗИ.

**Тест № 3.** Выбрать правильный ответ.

**1. Противопоказанными к физическим упражнениями для лиц с ограниченными возможностями относят:**

а) «плуг», подъём прямых ног в положении лежа на спине, круговые движения головой, чрезмерная

**амплитуда движений;**

б) полуприседы, махи до горизонтали, прыжки, наклоны с опорой руками о бедра;

в) бег, танцевальные шаги, взмахи руками, подскоки, упражнения на растяжку.

**2. По объёму активной мышечной массы все физические упражнения**

**подразделяются:**

а) на локальные, региональные и глобальные;

б) на активные, пассивные, активно-пассивные;

в) на тяжёлые, лёгкие и средней тяжести.

**3. По расходу энергии физические упражнения классифицируются на:**

а) энергозатратные, малозатратные, высокозатратные;

б) на активные, пассивные, активно-пассивные;

в) лёгкие, умеренные (средние), тяжёлые, очень тяжёлые.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дозировка двигательной активности детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

2. Воздействие физических упражнений на двигательную активность детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

3. Подготовка школьников с ограниченными возможностями здоровья к сдаче нормативов «ГТО».

### Заполнить таблицу.

№ п/п	Название технологии физкультурно- спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	Содержание технологии

### Практическое занятие № 4.

**Тема:** «Составление плана занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта младших школьников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** разработать план занятий по адаптивной физической культуре для младших школьников.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Требования и содержание плана занятий по адаптивной физической культуре или адаптивному спорту для младших школьников с ОВЗИ.

**Тест № 4.** Выбрать правильный ответ.

#### 1. Задача подготовительной части занятия:

а) разогреть суставы, отвлечь от бытовых проблем, воспитание физических качеств (силы, выносливости, ловкости);

**б) обеспечение общей функциональной готовности организма к выполнению активной мышечной работы;**

в) используя высокоударные упражнения, включить в работу все группы мышц, разогреть суставы, т. е. подготовить организм к занятиям.

## **2. Задача основной части урока:**

а) увеличение ЧСС до целевого уровня и сохранение ее в течение длительного промежутка времени, достижение максимальной частоты сердечных сокращений, воспитание гибкости с помощью стретчинга, воспитание физических и психических качеств;

б) увеличение ЧСС до уровня «целевой зоны» и сохранения ее в течение длительного промежутка времени, воспитание физических и психических качеств; повышения функциональных возможностей организма (дыхательной, сердечно-сосудистой, мышечной), повышения расхода калорий при выполнении специальных упражнений;

в) включить в работу все группы мышц, разогреть суставы, т. е. подготовить организма к занятиям; достижение «пиковой» нагрузки, увеличение подвижности опорно-связочного аппарата, достижение максимальной частоты сердечных сокращений, воспитание физических и психических качеств.

## **3. Целью заключительной части урока является:**

а) снижение функциональной активности организма, обеспечение перехода занимающихся к другим видам деятельности;

б) создание эмоциональной разрядки после физической нагрузки, снижение ЧСС до «целевого» значения, воспитание гибкости и координации;

в) увеличение подвижности суставов и повышение амплитуды движений средствами хореографии, снижение ЧСС до «целевого» значения.

## **Вопросы для самоконтроля:**

1. Виды частей плана занятий по адаптивной физической культуры для детей с ОВЗ в начальной школе.

2. Этапы тренировочного процесса младших

школьников с ОВЗИ.

3. Этапы соревновательного процесса младших школьников с ОВЗИ.

### **План занятий**

#### **Инструкция по составлению:**

1. Выбрать одну нозологическую группу (нарушение зрения, нарушение слуха, нарушение опорно-двигательного аппарата, нарушение интеллекта).

2. В структуре плана занятий содержится три части подготовительная часть, основная и заключительная. В каждой линии необходимо расписать основные этапы проведения занятий и виды упражнений с указанием дозировки и методических указаний.

#### **План-конспект занятий по адаптивной физической культуре**

Дата \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Нозологическая группа \_\_\_\_\_

Время \_\_\_\_\_

Место проведение \_\_\_\_\_

Оборудование \_\_\_\_\_

<b>Часть занятия</b>	<b>Содержание (упражнения)</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Организационно-методические указания</b>
<b>Подготовительная (разминка)</b>	1.		
	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
	6.		
<b>Основная</b>	1.		

	2.		
	3.		
	4.		
	5.		
	6.		
	7.		
	8.		
	9.		
	10.		
	11.		
	12.		
	Заклю читель ьяная (заминка)	1.	
2.			
3.			
4.			
5.			

### Практическое занятие № 5.

**Тема:** «Подготовка младших школьников с ОВЗИ к участию в физкультурных, тренировочных и спортивных мероприятиях согласно единому календарному плану их проведения (Единому календарному плану школьного спорта)».

**Цель занятия:** изучить этапы подготовки младших школьников с ОВЗИ к участию в физкультурных, тренировочных и спортивных мероприятиях согласно единому календарному плану их проведения.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Структура Единого календаря плана школьного спорта в начальных классах.

**Тест № 5.** Выбрать правильный ответ.

**1. При развитии физических качеств и двигательных способностей рекомендуется:**

а) вариативность техники физических упражнений: исходного положения, темпа, ритма, усилий, направления, амплитуды и т.п.;

б) разнообразие вербальных и невербальных методов и методических приёмов, словесных, наглядных способов воздействия, музыки, внушения и т.п.;

**в) всё перечисленное.**

**2. Основные направления коррекционно-педагогической работы:**

**а) физические упражнения и подвижные игры;**

б) общеразвивающие упражнения и дыхательные упражнения;

в) адаптивный спорт и гимнастические упражнения.

**3. Выберите правильное высказывание:**

а) в ходе проведения занятий или тренировок у младших школьников должны быть упражнения на задержку дыхания;

**б) игры с движениями необходимо сочетать с другими видами деятельности детей;**

в) при проведении фронтальных занятий можно часто использовать упражнения длительного пребывания школьников в одних и тех же позах.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Задачи и цель Единого календаря плана школьного спорта в начальных классах для детей с ОВЗ.

2. Направления деятельности Единого календаря плана школьного спорта в начальных классах для детей с ОВЗ.

3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня физкультпаузы и физкультминутки в начальной школе для детей с ОВЗ.

### Заполнить таблицу.

№ п/п	Название этапа подготовки младших школьников к физкультурным или спортивным мероприятиям	Цель и задачи этапа	Функции этапа

### Практическое занятие № 6.

**Тема:** «Определение физической нагрузки и методов воздействия на организм младшего школьника с ОВЗИ с учётом нарушенных функций организма и ограничения жизнедеятельности, функциональных возможностей и психофизиологических особенностей».

**Цель занятия:** научиться подбирать уровень нагрузки с учётом нарушений в состоянии здоровья младших школьников.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Методы оценки влияния физической нагрузки на организм младшего школьника с ОВЗИ.

**Тест № 6.** Выбрать правильный ответ.

**1. Выберите верное высказывание:**

а) при нарушениях опорно-двигательного аппарата рекомендуется преимущественно проводить гимнастические упражнения из исходного положения сидя и лёжа. Исключить упражнения в прыжках, чистые висы, лазание по канату;

б) комплексную оценку состояния здоровья даёт психолог и педагог;

в) для 1-4 классов полностью изучаются разделы: «Гимнастические построения и перестроения»; «Равновесие», «Висы и упоры», «Прыжки».

**2. Для оценки здоровья детей и подростков относят следующие критерии:**

**а) уровень функционирования основных систем организма; степень сопротивляемости неблагоприятным воздействиям; уровень физического развития и степень его гармоничности;**

**б) уровень теоретических знаний в области адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта;**

**в) нет верного ответа.**

**3. Одним из критериев правильности дозировки и проведения игры может служить восстановительный период частоты сердечных сокращений, который должен быть не более 5 – 7 минут.**

**а) да;**

**б) не более 7– 10 минут;**

**в) нет.**

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Виды физической нагрузки для детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

2. Виды ограничения жизнедеятельности у младших школьников с ОВЗ.

3. Виды нарушений моторных расстройств у младших школьников с ОВЗ.

### Заполнить таблицу

№ п/п	Название вида нагрузки	Способ влияние вида нагрузки на организм	Название нозологической группы, психофизиологических способностей или уровня ограничения жизнедеятельности

### Практическое занятие № 7.

**Тема:** «Применение частных методик, средств и технологий адаптивной физической культуры и спорта».

**Цель занятия:** рационально подбирать частные методики, средства и технологии адаптивной физической культуры.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Виды средств и методик адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

**Тест № 7.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какая главная цель частных методик адаптивной физической культуры?**

а) обеспечивают самоактуализацию, творческое развитие, удовлетворение в своих возможностях;

б) интеграция в общество, развитие их самоуважения и самооценки, а также расширение возможностей для активного отдыха;

в) овладение базовым понятийным аппаратом, изучение приёмов коррекции двигательных нарушений и психофизических особенностей в каждой нозологической группе.

**2. Что относится к средствам адаптивной физической культуры?**

а) только физическое упражнение;

б) тренажёры и оборудование для физической

подготовки, физические упражнения, игры;

**в) физические упражнения, естественные силы природы и гигиенический фактор.**

**3. Какие виды направлений относятся к адаптивному спорту?**

а) массовый доступный спорт и ДЮСШ;

б) Паралимпийский спорт и общественные объединения инвалидов;

**в) рекреационно-оздоровительный спорт и спорт высших достижений.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Виды физической нагрузки для детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

2. Виды ограничения жизнедеятельности у младших школьников с ОВЗИ.

3. Виды нарушений моторных расстройств у младших школьников с ОВЗИ.

**Заполнить таблицу**

<b>№ п/п</b>	<b>Название средства или методики</b>	<b>Цель</b>	<b>Методика проведения</b>

**Практическое занятие № 8.**

**Тема:** «Методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приёмы современных педагогических технологий».

**Цель занятия:** изучение основных принципов деятельностного подхода, видов и приёмов современных педагогических технологий.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Виды и приёмы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

**Тест № 8.** Выбрать правильный ответ.

**1. Эффективными приёмами коррекционного воздействия на эмоциональную и познавательную сферу детей с отклонениями в развитии являются:**

- а) игровые ситуации и игровые тренинги.
- б) психогимнастика и релаксация.
- в) всё перечисленное.

**2. Основные принципы деятельностного подхода:**

а) принцип деятельности, принцип непрерывности, принцип целостности, принцип психологической комфортности, принцип вариативности, принцип творчества;

б) принцип индивидуальности, принцип целостности, принцип самореализации, принцип взаимодействия с окружающим миром, принцип самоидентификации, личность постоянно ищет и находит новые способы самоидентификации, принцип субъектности;

- в) всё перечисленное.

**2. Что относится к современным педагогическим технологиям в работе с младшими школьниками в процессе физического воспитания?**

а) технология дифференцированного физкультурного образования, информационно-коммуникативная технология, игровая технология, здоровьесберегающая технология;

б) медицинская технология, физкультурно-оздоровительная технология, социально-психологическая технология, образовательная технология;

в) фитбол-гимнастика, степ-аэробика, танцевально-ритмическая гимнастика, музыкально-подвижные игры, игровой стретчинг.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Требования к подбору методик адаптивной

физической культуры для младших школьников с ОВЗИ.

2. Функции адаптивного спорта.

3. Функции физкультурно-оздоровительной технологии.

### Заполнить таблицу

№ п/п	Название приёма адаптивной физической культуры или адаптивного спорта	Цель	Методика проведения

### Практическое занятие № 9.

**Тема:** «Содержание и методы комплексного контроля уровня физического развития и физической, технической, тактической, психологической, теоретической и интегральной подготовленности младших школьников с ОЗВИ и способы их учёта на этапе подготовки по виду адаптивного спорта».

**Цель занятия:** изучение методов комплексного контроля уровня подготовленности младших школьников с ОЗВИ.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Методы определения уровня подготовленности младших школьников с ОВЗИ.

**Тест № 9.** Выбрать правильный ответ.

**1. В младшем школьном возрасте для гармонического развития физических качеств больший акцент делают на:**

- а) координационную способность и быстроту;
- б) силу и ловкость;
- в) гибкость и выносливость.

**2. Какие простейшие методы оценки состояния**

**младших школьников используются во время физкультурных и тренировочных процессах?**

**а) измерение частоты сердечных сокращений, беседа, наблюдение;**

**б) проба Руффье, наблюдение, опрос;**

**в) измерение частоты сердечных сокращений, спирометрия, проба Ромберга.**

**3. Сколько раз в обязательном порядке проводится измерение частоты сердечных сокращений у младших школьников с ОВЗИ?**

**а) 2;**

**б) 3;**

**в) 4.**

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Методы оценки состояния сердечно-сосудистой системы у младших школьников с ОВЗ.

2. Методика проведения подвижных и спортивных игр для младших школьников с ОВЗ.

3. Методы оценки состояния двигательной системы у младших школьников с ОВЗ.

### **Заполнить таблицу**

<b>№ п/п</b>	<b>Название методы оценки уровня физической подготовленности у младших школьников</b>	<b>Цель</b>	<b>Методика проведения</b>

### **Практическое занятие № 10.**

**Тема:** «Технологии воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ».

**Цель занятия:** изучение технологий воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Задачи и функции технологий воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ в процессе адаптивного физического воспитания.

**Тест № 10.** Выбрать правильный ответ.

**1. Что относится к технологиям воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ?**

а) коррекционно-развивающие технологии, игровые технологии, личностно-ориентированные технологии, здоровьесберегающие технологии;

б) информационно-коммуникационные технологии, дифференцированные технологии, технологии сотрудничества, технологии здоровьесбережения;

в) всё перечисленное.

**2. Что относится к функциям воспитательной работы с младшими школьниками с ОВЗИ в адаптивном спорте?**

а) получение определённого набора знаний, умений и навыков, расширение и развитие потенциала ребёнка, преодоление трудностей овладения социальными и познавательными компетентностями, создание специальной коррекционно-развивающей среды.

б) **привитие устойчивого интереса к систематическим занятиям физкультурой и спортом: формирование морально-волевых качеств и навыков культурного поведения; развитие личностной сферы, функция социализации, воспитание потребности в здоровом образе жизни;**

в) психолого-педагогическое сопровождение, коррекционная и развивающая работа, психологическое просвещение, социально-бытовая адаптация, формирование коммуникативных навыков и умений.

**3. Какие средства относятся к воспитательным**

**технологиям в процессе адаптивного физического воспитания?**

а) тренинг, релаксация, танцевальная терапия, общеукрепляющие упражнения;

**б) пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, физкультурные минутки и часы, занятия в спортивных кружках и секциях;**

в) плавание, лёгкая атлетика, голбол, торбол.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Способы воспитательной работы в процессе тренировок по виду адаптивного спорта.

2. Способы воспитательной работы на физкультурных занятиях в начальной школе.

3. Способы формирования морально-волевых качеств у младших школьников с ОВЗИ.

**Заполнить таблицу**

№ п/п	Вид воспитательных технологий в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте	Цель	Способ реализации

**Практическое занятие № 11.**

**Тема:** «Методы педагогического воздействия для устранения вредных привычек и психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ».

**Цель занятия:** изучить методы педагогического воздействия для устранения вредных привычек и психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Способы устранения вредных привычек и

психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ.

**Тест № 11.** Выбрать правильный ответ.

**1. Способы уменьшения травматизма:**

а) снизить интенсивность нагрузки, увеличить продолжительность занятий, изменить форму одежды, увеличить скорость выполнения упражнений;

б) **использовать низкоударную нагрузку, увеличить адаптационный период, снизить интенсивность нагрузки, сократить продолжительность занятий;**

в) увеличить адаптационный период, снизить интенсивность нагрузки, ограничить амплитуду движений, исключить упражнения, требующие напряжения, увеличить количество занятий в неделю.

**2. Что относится к методам устранения психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ?**

а) **тактильный приём, развитие эмпатии, мозговой штурм, игротерапия;**

б) релаксация, соревнования, ритмика;

в) убеждения, просьба, внушение, принуждение.

**3. Как успокоить школьника во время занятий адаптивной физической культурой или на тренировках по адаптивному спорту?**

а) **создать ситуацию успеха, применить игру, использовать музыку, применить релаксацию;**

б) подождать пока успокоится сам и только потом создать благоприятную обстановку;

в) создать ситуацию успеха и закончить занятие или тренировку.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Способы формирования понятия здорового образа жизни у младших школьников с ОВЗИ.
2. Способы формирования командной функции на занятиях адаптивной физической культуре у младших школьников с ОВЗИ.
3. Способы формирования лидерских качеств у младших школьников с ОВЗИ.

### **Заполнить таблицу**

<b>№ п/п</b>	<b>Название рекомендации по устранению вредных привычек и психологических стереотипов у младших школьников с ОВЗИ</b>	<b>Способ реализации</b>

### **Практическое занятие № 12.**

**Тема:** «Гигиенические основы адаптивного физического воспитания».

**Цель занятия:** изучить гигиенические основы адаптивного физического воспитания.

**Контрольный вопрос в электронном формате:** Правила и нормы отдыха, труда, наличия спортивного оборудования и инвентаря на занятиях с младшими школьниками с ОВЗИ.

**Тест № 12.** Выбрать правильный ответ.

**1. К основным гигиеническим средствам, обеспечивающим укрепление здоровья, восстановление повышение общей и спортивной работоспособности относятся:**

**а) правила личной гигиены, соблюдение рационального распорядка дня, оптимальные**

**санитарно-гигиенические условия, занятия физическими упражнениями;**

б) психотерапия, занятия физическими упражнениями, хобби, режим питания и сна, правила личной гигиены;

в) всё перечисленное.

**2. Объективными и информативными критериями оценки физической нагрузки являются показатели:**

а) нервной системы;

б) мочевыделительной системы;

в) кардиореспираторной системы.

**3. Какое оборудование и инвентарь можно использовать с младшими школьниками с ОВЗИ?**

а) мягкий медицинский мяч с утяжелением, озвученные мячи, гибкий брус, скакалки, гимнастические палки, лестница, шведская стенка;

б) спортивные мячи, скакалки, гриф, гантели;

в) всё перечисленное.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Требования к тренеру по адаптивному спорту.

2. Санитарно-гигиенические условия проведения занятий по адаптивному спорту.

3. Способы предотвращения травматизма на занятиях по адаптивному спорту.

**Заполнить таблицу**

№ п/п	Требования к занятиям или тренировкам по адаптивной физической культуре или по адаптивному спорту	Требования к спортивному залу и инвентарю для младших школьников с ОВЗИ

### **Практическое занятие № 13.**

**Тема:** «Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением зрения».

**Цель занятия:** изучить психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением зрения.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Двигательные и личностные трудности младших школьников с нарушением зрения.

**Тест № 13.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какие упражнения нельзя использовать для младших школьников с нарушением зрения?**

- а) прыжки;
- б) балансировочные упражнения;
- в) бег.

**2. Какие типичные нарушения возникают у младших школьников с нарушением зрения в двигательной сфере?**

- а) нарушение координации;
- б) быстрое развитие пространственной ориентировки;
- в) тактильная чувствительность.

**3. Какие типичные нарушения возникают у младших школьников с нарушением зрения в эмоционально-волевой сфере?**

- а) эмоциональная ранимость и обидчивость;
- б) внимательность;
- в. доброта.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Уровень развития двигательных качеств у младших школьников с нарушением зрения.

2. Адаптивный спорт как процесс социализации младших школьников с нарушением зрения.

3. Виды адаптивного спорта для младших школьников с нарушением зрения.

**Заполнить таблицу.**

№ п/п	Описание личностных особенностей у младших школьников с нарушением зрения	Описание двигательных особенностей у младших школьников с нарушением зрения	Развитие физических качества младших школьников с нарушением зрения

#### **Практическое занятие № 14.**

**Тема:** «Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением слуха и речи».

**Цель занятия:** изучить психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением слуха и речи.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Двигательные и личностные трудности младших школьников с нарушением слуха и речи.

**Тест № 14.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какие упражнения нельзя использовать для младших школьников с нарушением слуха?**

- а) силовые упражнения;
- б) гимнастические упражнения;
- в) скоростно-силовые упражнения.

**2. При общении с школьником с нарушением слуха учителю следует располагаться:**

- а) перед школьником или чуть сбоку;
- б) не имеет значение;
- в) позади.

**3. Какие типичные нарушения возникают у**

## младших школьников с нарушением слуха в эмоционально-волевой сфере?

- а) замкнутость;
- б) резкость;
- в) целеустремлённость.

### Вопросы для самоконтроля:

1. Уровень развития двигательных качеств у младших школьников с нарушением слуха и речи.
2. Адаптивный спорт как процесс социализации младших школьников с нарушением слуха и речи.
3. Виды адаптивного спорта для младших школьников с нарушением слуха и речи.

### Заполнить таблицу.

№ п/п	Описание личностных особенностей у младших школьников с нарушением слуха	Описание двигательных особенностей у младших школьников с нарушением слуха	Развитие физических качеств у младших школьников с нарушением слуха	Описание личностных особенностей у младших школьников с нарушением речи	Описание двигательных особенностей у младших школьников с нарушением речи	Развитие физических качеств у младших школьников с нарушением речи

### Практическое занятие № 15.

**Тема:** «Психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата».

**Цель занятия:** изучить психолого-педагогические особенности младших школьников с нарушением опорно-

двигательного аппарата.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**

Двигательные и личностные трудности младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата.

**Тест № 15.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какие упражнения нельзя использовать для младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата?**

- а) имитационные упражнения;
- б) балансирующие упражнения;
- в) упражнения лёжа на животе с валиком.

**2. У школьника с церебральным параличом часто отмечается своеобразное развитие по типу:**

- а) эмоционального инфантилизма;
- б) возбудимо-агрессивного поведения;
- в) волевого инфантилизма.

**3. Какой вид адаптивного спорта подходит для школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата?**

- а) волейбол-сидя;
- б) фехтование;
- в) тяжёлая атлетика.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Уровень развития двигательных качеств у младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата.

2. Адаптивный спорт как процесс социализации младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата.

3. Виды адаптивного спорта для младших школьников с нарушением опорно-двигательного

аппарата.

**Заполнить таблицу.**

<b>№ п/п</b>	<b>Описание личностных особенностей у младших школьников с нарушением опорно- двигательного аппарата</b>	<b>Описание двигательных особенностей у младших школьников с нарушением опорно- двигательного аппарата</b>	<b>Развитие физических качеств младших школьников с нарушением опорно- двигательного аппарата</b>

### **Практическое занятие № 16.**

**Тема:** «Психолого-педагогические особенности младших школьников с интеллектуальным нарушением».

**Цель занятия:** изучить психолого-педагогические особенности младших школьников с интеллектуальным нарушением.

**Контрольный вопрос в электронном формате:**  
Двигательные и личностные трудности младших школьников с интеллектуальным нарушением.

**Тест № 16.** Выбрать правильный ответ.

**1. Какие упражнения нельзя использовать для младших школьников с нарушением интеллекта?**

- а) бег на дистанции;
- б) дыхательные упражнения;
- в) гимнастические упражнения.

**2. Какой вид адаптивного спорта доступен для школьников с нарушением интеллекта?**

- а) настольный теннис;
- б) голбол;
- в) дзюдо.

**3. Все игроки образуют круг на расстоянии**

вытянутой руки друг от друга, стоя лицом внутрь круга. Каждому игроку выдаётся мяч. По сигналу ведущего играющие точным пасом двумя руками начинают передавать мячи в руки стоящего справа соседа и ловить мячи, которые им передают игроки, стоящие слева, вплоть до остановки игры ведущим. **Какие качества и способности тренирует данная игра?**

а) развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве, дифференциации мышечных усилий, взаимодействия двигательного и зрительного анализаторов, формирование навыков коллективного взаимодействия;

б) развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве;

в) активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Уровень развития двигательных качеств у младших школьников с задержкой психического развития.

2. Адаптивный спорт как процесс социализации младших школьников с задержкой психического развития.

3. Виды адаптивного спорта для младших школьников с задержкой психического развития.

### **Заполнить таблицу.**

<b>№ п/п</b>	<b>Описание личностных особенностей у младших школьников с интеллектуальным нарушением</b>	<b>Описание двигательных особенностей у младших школьников с интеллектуальным нарушением</b>	<b>Развитие физических качеств младших школьников с интеллектуальным нарушением</b>

## **Практическое занятие № 17.**

**Тема:** «Планирование мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с учётом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода».

**Цель занятия:** научиться составлять план запланированных мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с учётом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода.

**Конспект контрольного вопроса в электронном формате:** Виды двигательных режимов и физических упражнений для школьников среднего и старшего возраста с ОВЗИ.

**Тест № 17.** Выбрать правильный ответ.

**1. У школьника со зрительной патологией из-за страха пространства ограничена:**

- а) двигательная и познавательная деятельность;**
- б) слуховая деятельность;
- в) боязнь замкнутых пространств.

**2. Специальные упражнения для зрительного тренинга направлена на:**

- а) улучшение функционирования мышц глаза и кровообращения тканей глаза;**
- б) развитие аккомодационной способности глаза и развитие органических ощущений;
- в) нет верного ответа.

**3. Что бы избежать переутомление школьников необходимо:**

- а) давать больше двигательных действий;
- б) знать основные данные о физическом и психологическом развитии детей;**
- в) уменьшать время на отдых.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Понятие инклюзивного подхода в процессе адаптивной физической культуры.
2. Уровень развития двигательных качеств у школьников с нарушением зрения средних и старших классов.
3. Методика преподавания лёгкой атлетики для школьников с нарушением зрения средних и старших классов.

**Заполнить таблицу.**

№ п/п	Название нормативно-правового документа, который необходим для составления программы физического воспитания или по адаптивному спорту для школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения	Содержание нормативно-правового документа

## **Практическое занятие № 18.**

**Тема:** «Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения».

**Цель занятия:** научиться проводить мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения.

**Конспект контрольного вопроса в электронном формате:** Виды технологий физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуры школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения.

**Тест № 18.** Выбрать правильный ответ.

**1. Выбирая инвентарь для слабовидящих и с остаточным зрением нужно использовать**

- а) яркий и красочный инвентарь;**
- б) тяжёлый инвентарь;
- в) тёмных тонов.

**2. Во время обучения бегу на различные дистанции школьники используют:**

- а) звуковые ориентиры;**
- б) тактильные ориентиры;**
- в) предметно-познавательные ориентиры.

**3. Что относится к ограничениям для школьников с нарушением зрения:**

- а) резкие наклоны, прыжки, упражнения с отягощением, акробатические упражнения;**
- б) резкие наклоны, прыжки, беговые упражнения, акробатические упражнения;
- в) прыжки, скоростно-силовые упражнения, акробатические упражнения.

### Вопросы для самоконтроля:

1. Особенности психолого-педагогической подготовки школьников с нарушением зрения средних и старших классов.
2. Методика преподавания шоуудауна для школьников с нарушением зрения средних и старших классов.
3. Методика преподавания плавания для школьников с нарушением зрения средних и старших классов.

### Заполнить таблицу.

№ п/п	Название этапа подготовки школьников среднего и старшего возраста к физкультурным или спортивным мероприятиям	Цель и задачи этапа	Функции этапа

### Практическое занятие № 19.

**Тема:** «Контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с целью коррекции разработанных планов».

**Цель занятия:** научиться проводить Контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения с целью коррекции разработанных планов.

**Конспект контрольного вопроса в электронном формате:** Методы оценки влияния физической нагрузки на организм школьников среднего и старшего возраста с

ОВЗИ, тест (2 ч.).

**Тест № 19.** Выбрать правильный ответ.

**1. Интегральным показателем адаптации сердечно-сосудистой системы к нагрузке является:**

**а) индекс эффективности работы сердца;**

**б) индекс Баевского;**

**в) адаптационный потенциал системы кровообращения.**

**2. В процессе игры первоначально учитель или тренер ведёт постоянное наблюдение за:**

**а) поведением;**

**б) игрой;**

**в) самочувствием.**

**3. Для оценки координационных способностей у школьников среднего и старшего возраста используется:**

**а) пробу Мартине-Кушелевского;**

**б) пробу Генчи;**

**в) пробу Ромберга.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Методика преподавания баскетбола для школьников с нарушением зрения средних и старших классов.

2. Методы оценки координационных способностей школьников с нарушением зрения среднего и старшего возраста.

3. Методы оценки сердечно-сосудистой и дыхательной системы у школьников с нарушением зрения среднего и старшего возраста.

**Заполнить таблицу.**

<b>№ п/п</b>	<b>Название методы оценки уровня физической подготовленности у школьников среднего и старшего возраста с нарушением зрения</b>	<b>Цель</b>	<b>Методика проведения</b>

**Перечень вопросов проверочного теста:**

**1. Укажите правильный перечень технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре:**

а) адаптивное физическое воспитание, адаптивная двигательная рекреация, адаптивный спорт;

б) только адаптивный спорт;

в) адаптивное физическое воспитание, адаптивная двигательная рекреация, адаптивный спорт, креативные телесно-ориентированные практики, экстремальные виды двигательной активности.

**2. Сколько входит спортивных дисциплин и видов спорта во Всероссийский реестр видов спорта слепых, которые включены в программу Паралимпийских игр:**

а) 268 спортивных дисциплин, 8 видов спорта;

б) 250 спортивных дисциплин, 8 видов спорта;

в) 200 спортивных дисциплин, 5 видов спорта.

**3. Что относится к специфическим особенностям деятельности лиц с нарушением зрения в начальной школе:**

а) нарушение пространственной ориентации;

б) нарушение эмоционально-волевой сферы;

в) социальной коммуникации и интеграции в

общество.

**4. Какие навыки развиваются в мини-футболе 5х5 (В1):**

а) силы и ловкости;

**б) пространственной ориентации и концентрации внимания;**

в) быстроты и гибкости.

**5. Что необходимо учитывать при использовании технологий спорта слепых?**

а) уровень развития зрительных функций;

б) категорию лиц с нарушением зрения;

в) уровень развития физической подготовленности.

**6. Укажите принцип социализации, который используется в системе спортивной подготовки?**

а) принцип гуманистической направленности;

б) принцип формирования сенсорного опыта;

в) принцип волнообразности.

**7. Можно ли применять пробу Ромберга для детей младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья?**

а) можно;

б) можно, но только простую форму;

в) нет.

**8. Какой метод организации занятий по физической культуре часто используют в начальной школе:**

а) соревновательный;

**б) игровой;**

в) индивидуальный.

**9. Какие виды оценок состояния здоровья младших школьников должны использоваться в процессе адаптивного физического воспитания:**

- а) психологическая и педагогическая оценка;
- б) логопедическая;
- в) всё перечисленное.

**10. Выберите перечень высказываний обеспечивающие здоровьесбережение на занятиях в школе:**

а) чёткая организация учебной деятельности, соблюдение санитарно-гигиенических стандартов, создание позитивной психологической атмосферы на занятии, адаптация методического и технологического аспектов обучения детей с учётом их анатомических и возрастных характеристик;

б) внимание к психофизиологическому состоянию учащихся, использование индивидуализированных и дифференцированных методов преподавания;

- в) всё перечисленное.

**11. Какие виды упражнений нельзя использовать на занятиях с младшими школьниками с ограниченными возможностями здоровья:**

а) резкие наклоны, прыжки, упражнения на фитболе;

б) упражнения с отягощениями, акробатические элементы, кувырки, прыжки, резкие наклоны;

в) прыжки, выпады, спортивные игры.

**12. Какие дополнительные формы относятся к адаптивной физической культуре:**

а) спортивные секции и кружки;

б) здоровьесберегающие технологии;

в) верного ответа нет.

**13. Какие нозологические группы могут заниматься в смешенном классе на занятиях адаптивной физической культуры:**

**а) нарушение зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата;**

б) нарушение зрения и интеллектуальные нарушения;

в) нет верного ответа.

**14. Какие технологии можно использовать на занятиях адаптивной физической культуры:**

а) здоровьесберегающие и игровые технологии;

б) соревновательные и индивидуальные технологии;

**в) всё перечисленное.**

**15. Какие виды адаптивного спорта можно использовать на занятиях с младшими школьниками с ограниченными возможностями здоровья:**

**а) плавание, лёгкая атлетика, настольный теннис, бочча, лыжный спорт;**

б) плавание, гимнастика, голбол, тяжёлая атлетика, баскетбол;

в) нет верного ответа.

**16. К системно-деятельностному подходу в начальной школе относится:**

**а) обеспечение достижения запланированных результатов освоения программ физического воспитания в начальном образовании, что создаёт базу для самостоятельного и успешного усвоения знаний и различных видов деятельности учащимися;**

б) всестороннее, свободное и креативное развитие ребёнка, что позволяет формировать его индивидуальность

и помогает ему адаптироваться в обществе;

в) нет верного ответа.

**17. Сколько игр на занятиях адаптивной физической культурой обязательно использовать в 1-2 классах?**

а) одну;

б) пять;

в) две.

**18. Какие специалисты входят в состав школьного психолого-педагогического консилиума:**

а) учитель и психолог;

б) медицинский работник, логопед, психолог и учитель;

в) социальный работник, дефектолог, учитель.

**19. Технологии лечебного оздоровления включают в себя:**

а) адаптивный туризм и адаптивный спорт;

б) адаптивный спорт и лечебную физическую культуру;

в) лечебную педагогику и лечебную физическую культуру.

**20. Принципа двигательной активности осуществляется следующим образом:**

а) упражнения, направленные на укрепление мышц глаз и улучшение зрения, а также комплекс физических упражнений, способствующих профилактике заболеваний органов дыхания;

б) групповая и парная работа, а также применение подвижных и спортивных игр разнообразного типа;

в) всё перечисленное.

## ***Список рекомендуемой литературы к модулю 2.***

### *а) основная литература:*

1. Алмазова, И. Г. Современные технологии начального образования: учебное пособие / И. Г. Алмазова, Е. В. Долгошеева, С. Н. Числова. – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2019. – 86 с.

2. Бабушкина, Л. А. Качественное образование детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью: развитие практики создания здоровьесберегающей образовательной среды / Л. А. Бабушкина, С. В. Сеницына, Е. Г. Петрова. – Березники, 2021. – 159 с.

3. Бойко, Н. А. Оценивание предметных результатов на уроке физической культуры обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью / Н. А. Бойко // Научно-теоретический журнал: Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – СПб.:НГУ им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4 (206). – 548 с.

### *б) дополнительная литература:*

1. Кетриш, Е. В. Теория и практика инклюзивного образования (на примере физического воспитания) [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е. В. Кетриш, Т. В. Андрюхина, Н. В. Третьякова; под общ. ред. Е. В. Кетриш. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та., 2017. – 127 с.

2. Кихтенко, Л. Ф. Организация занятий по адаптивной физической культуре в условиях общеобразовательной организации: учеб.-метод. пос. / Л. Ф. Кихтенко, Л. А. Небытова, Е. А. Скорик. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2020. – 76 с.

3. Лаврова, Г. Н. Особенности физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья: методические рекомендации для педагогов ДОУ

/ Г. Н. Лаврова, Л. П. Кудрявцева, Н. А. Тулупова. – Челябинск: ЧИППКРО, 2019. – 176 с.

*в) интернет ресурсы:*

1. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам;

2. <http://www.edu.ru/> Российское образование.

Федеральный портал;

3. <http://www.elibrary.ru/> eLIBRARY.RU;

4. <http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»;

5. <https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books;

6. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань».

### **МОДУЛЬ 3. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ И (ИЛИ) ПОДГОТОВКЕ ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО СПОРТА СТУДЕНТОВ С ОВЗИ»**

#### **III. АННОТАЦИЯ**

*Модуль «Деятельность по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта студентов с ОВЗИ» направлен на освоение знаний, умений и практических навыков организации, проведения и анализа занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта студентов с ОВЗИ. Блоки модуля представлены несколькими направлениями планирование, проведение и контроль результатов мероприятий и занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) по видам адаптивного спорта и подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне» и лиц с различными нозологиями.*

**Цель:** обучение и систематизация знаний по проведению занятий в сфере адаптивной физической культуры и физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

#### **ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ 3.**

##### **Практическое занятие № 1.**

**Тема:** «Разработка программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков разработки программы занятий по адаптивной физической культуре.

## **Практическая часть.**

### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Организация реализации программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту студентов с ОВЗИ.

2. Этапы реализации программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту студентов с ОВЗИ.

3. Обоснование учебных действий при реализации программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту студентов с ОВЗИ.

4. Особенности реализации программы занятий по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту студентов с ОВЗИ с различными нозологиями.

## **Самостоятельная работа**

### **Инструкция:**

Шаг 1. Основываясь на материалах лекции проанализировать учебные действия необходимые для разработки программы занятий по адаптивной физической культуре.

Шаг 2. Разобрать учебные действия необходимые для реализации программы по адаптивной физической культуре.

Шаг 3. Внести разработанные учебные действия в таблицу. Обсудить с коллегами.

<b>Учебные действия</b>	<b>Этап программы</b>	<b>Обоснование</b>
Личностные		
Коммуникативные		
Познавательные		
Регулятивные		

## **Практическое занятие № 2.**

**Тема:** Рассмотрение деятельности студенческих спортивных клубов и спортивных секций для студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков разработки программ деятельности студенческих спортивных клубов, спортивных секций для студентов с ОВЗИ.

### **Практическая часть.**

#### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать основные цели разработки программ деятельности студенческих спортивных клубов, спортивных секций для студентов с ОВЗИ.

2. Разобрать аспекты необходимые для формирования и разработки программ деятельности студенческих спортивных клубов, спортивных секций для студентов с ОВЗИ

3. Варианты реализации педагогической деятельности в условиях высших учебных учреждений в пределах спортивного клуба или секции адаптивного спорта.

4. Особенности формирования и реализации программ деятельности студенческих спортивных клубов, спортивных секций для студентов с ОВЗИ

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Проанализировать аспекты необходимые для деятельности студенческих спортивных клубов для студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Предложить реализацию деятельности студенческих спортивных клубов для студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Подготовить проект с возможной реализацией деятельности студенческих спортивных клубов для

студентов с ОВЗИ. Обсудить с коллегами.

Название спортивного клуба
Вид /виды адаптивного спорта, реализуемые спортивным клубом
Нозологии занимающихся студентов
Цель
Задачи
Количество тренеров
Количество студентов с ОВЗИ
Реализация (количество групп, кратность занятий)
Заключение

### **Практическое занятие № 3.**

**Тема:** Разработка адаптированной программы по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** обучится разрабатывать адаптированные программы по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ

#### **Практическая часть.**

##### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Определить место адаптированных программ по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

2. Описать компоненты адаптированных программ по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

3. Рассмотреть законодательную базу для формирования адаптированных программ по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

4. Проанализировать адаптированную программу по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

## **Самостоятельная работа.**

### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть ряд аспектов в нормативно-правовой базе для разработки собственной программе занятий по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать подготовленную программу занятий по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу по законодательной базе программы занятий по физической культуре и (или) мероприятий (занятий) по подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

<b>Нормативно-правовая база</b>	<b>Применение специфических технологий</b>	<b>Категории студентов с ОВЗИ</b>
Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»		
Письмо Минобразования РФ от 28 ноября 2002 г. № 14-52-988ин/13 «О направлении методики расчета трудоемкости основных образовательных программ высшего		

профессионального образования в зачетных единицах»		
Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 мая 2012 года № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья», разработанных НИИ гигиены и охраны здоровья детей ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН		
Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. № 621 «О комплексной оценке состояния здоровья детей»		

#### **Практическое занятие № 4.**

**Тема:** Методики разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** обучить разработке и анализу инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

**Практическая часть.**

### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Проанализировать понятие инклюзивность для формирования программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

2. Обосновать основные аспекты необходимые для разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

3. Описать методику взаимодействия для студентов различных нозологических групп на занятии или физкультурно-спортивном мероприятии.

4. Проанализировать методики разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

### **Самостоятельная работа.**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Определить ряд аспектов разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать методику разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу с описанием инклюзивных методик взаимодействия в программах физкультурно-спортивной направленности для студентов с ОВЗИ.

Категории студентов с ОВЗИ	Методика взаимодействия в программах физкультурно-спортивной направленности	Результаты

### **Практическое занятие № 5.**

**Тема:** Проведение занятий со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры.

**Цель занятия:** обучится разрабатывать занятия со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры.

**Практическая часть.**

**Разобрать вопросы к теме:**

1. Проанализировать возможность выполнения различных видов упражнений для лиц из различных нозологических групп.

2. Описать применение физкультурно-спортивных технологий адаптивного спорта на занятиях по адаптивной физической культуре.

3. Обосновать мотивацию как основу психолого-педагогического воздействия.

4. Проанализировать пути социализации на занятиях адаптивной физической культурой.

**Самостоятельная работа.**

**Инструкция:**

Шаг 1. Определить ряд аспектов разработки и проведения занятий со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры.

Шаг 2. Проанализировать проведение занятий со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры.

Шаг 3. Подготовить презентацию с фотографиями о проведении занятий адаптивной физической культурой или адаптивным спортом со студентами с ОВЗИ.

Разработка содержит 10 слайдов:

1. Титульный слайд
2. Цели урока
3. Задачи урока
4. Типы заданий адаптивной физической культурой
5. Этап мотивации
6. Этап изучения нового материала
7. Этап закрепления и развития навыков
8. Этап рефлексии
9. Дифференциация и индивидуализация обучения
- 10 Подведение итогов

### **Практическое занятие № 6.**

**Тема:** Проведение занятий со студентами с ОВЗИ с использованием технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков проведения занятий со студентами с ОВЗИ с использованием технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств.

**Практическая часть.**

### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать спортивные средства протезной техники.
2. Описать применение технических средств, специфического инвентаря и устройств для лиц с ПОДА.
3. Описать специфические технические средства для лиц с нарушением зрения (слепых и слабовидящих).
4. Описать специфические технические средства для лиц с нарушением слуха.

### **Самостоятельная работа.**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть ряд аспектов для проведения занятий по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗИ с использованием технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств.

Шаг 2. Проанализировать возможность применения технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств на занятиях по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу классификации технических средств физической реабилитации применимых на занятиях по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗИ.

<b>Технические средства ФР</b>	<b>Применение</b>	<b>Нозологическая группа</b>
Средства протезной техники		
Спортивные кресла-коляски		
Тренажёры		
Звуковые сигналы		

## **Практическое занятие № 7.**

**Тема:** Реализация мероприятий спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта и (или) физкультурно-спортивного воспитания студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков проведения мероприятий спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта и (или) физкультурно-спортивного воспитания студентов с ОВЗИ.

### **Практическая часть.**

#### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Обосновать критерии отбора студентов с ОВЗИ по видам адаптивного спорта.
2. Обосновать гендерные аспекты в критериях отбора студентов с ОВЗИ по видам адаптивного спорта.
3. Описать аспекты присущие начальной подготовке по видам адаптивного спорта.
4. Описать аспекты присущие спортивной подготовке по видам адаптивного спорта.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть ряд аспектов для реализации мероприятий спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта и (или) физкультурно-спортивного воспитания студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать возможность реализации мероприятий спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта и (или) физкультурно-спортивного воспитания студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу уровня спортивной ориентации и отбора на этапах подготовки по виду адаптивного спорта для студентов с ОВЗИ.

Уровень спортивной ориентации	Нозологическая группа	Вид адаптивного спорта
Начальная подготовка		
Спортивная подготовка		

### Практическое занятие № 8.

**Тема:** Систематическая оценка уровня развития физических качеств у студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков систематической оценки уровня развития физических качеств у студентов с ОВЗИ.

#### Практическая часть.

#### Разобрать вопросы к теме:

1. Особенности формирования силовых качеств у студентов с ОВЗИ с учетом основной нозологической группы.

2. Особенности формирования скоростных качеств у студентов с ОВЗИ с учетом основной нозологической группы.

3. Особенности формирования гибкости у студентов с ОВЗИ с учетом основной нозологической группы.

4. Особенности формирования выносливости у студентов с ОВЗИ с учетом основной нозологической группы.

#### Самостоятельная работа

#### Инструкция:

Шаг 1. Рассмотреть систематическую оценку уровня развития физических качеств у студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать возможность реализации систематической оценки уровня развития физических качеств, у студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу уровня развития физических качеств у студентов с ОВЗИ (поставить «+» если формируется).

Физические качества	Лица с ПОДА				Слепые и слабовидящие			
Сила								
Скорость								
Выносливость								
Гибкость								
Координация								

### Практическое занятие № 9.

**Тема:** Мониторинг результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков мониторинга результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

**Практическая часть.**

**Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать варианты проведения мероприятий и занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

2. Что представляет мониторинг результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

3. Описать вовлеченность и активность студентов с ОВЗИ проведение мероприятий и занятий по физкультурно-спортивному воспитанию.

4. Критерии оценки мониторинга результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть мониторинг результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать возможность реализации мониторинга результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу мониторинга результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

<b>Критерии мониторинга</b>	<b>Виды адаптивного спорта</b>	<b>Оценка результатов</b>
Вовлеченность		
Активность		
Спортивные результаты		

### **Практическое занятие № 10.**

**Тема:** Консультирование студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков консультирования студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта

## **Практическая часть.**

### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Основы психологического консультирования студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

2. Мотивация как основной аспект подготовки студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

3. Специальные техники при консультировании студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

4. Применение специальных средств для выстраивания техник выполнения основных движений в различных видах адаптивного спорта.

## **Самостоятельная работа**

### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть основные аспекты консультирования студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

Шаг 2. Проанализировать возможность консультирования студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

Шаг 3. Заполнить таблицу аспектов необходимого консультирования студентов с ОВЗИ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

<b>Нозологическая группа</b>	<b>Аспекты консультирования</b>	<b>Планируемые результаты</b>
Лица с ПОДА		
Слепые и слабовидящие		
Лица с нарушением слуха		

### **Практическое занятие № 11.**

**Тема:** Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков применения технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре

**Практическая часть.**

**Разобрать вопросы к теме:**

1. Разобрать понятия «технологии», «техники», «методы», «методики», «средства».
2. Рассмотреть технологии, ориентированные на улучшение функционального состояния в адаптивной физической культуре.
3. Рассмотреть технологии, предусматривающие коррекцию конкретных проблемных зон организма в адаптивной физической культуре.
4. Обосновать применение рассмотренных технологий в адаптивном спорте.

**Самостоятельная работа**

**Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

Шаг 2. Проанализировать возможность применения технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

Шаг 3. Заполнить таблицу технологий применимых к физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

Технологии ФСД	Техники, методы, методики	Результат
Технологии, ориентированные на улучшение функционального состояния		
Технологии, предусматривающие коррекцию конкретных проблемных зон организма		

### **Практическое занятие № 12.**

**Тема:** Мониторинг результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков мониторинга результатов мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

#### **Практическая часть.**

##### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать варианты проведения мероприятий и занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

2. Что представляет мониторинг результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

3. Описать вовлеченность и активность студентов с ОВЗИ проведение мероприятий и занятий по физкультурно-спортивному воспитанию.

4. Критерии оценки мониторинга результатов занятий и мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть мониторинг результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать возможность реализации мониторинга результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Заполнить таблицу мониторинга результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗИ.

<b>Критерии мониторинга</b>	<b>Виды адаптивного спорта</b>	<b>Оценка результатов</b>
Вовлеченность		
Активность		
Спортивные результаты		

### **Практическое занятие № 13.**

**Тема:** Отбор спортивного резерва в избранном виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков отбора спортивного резерва в избранном виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

#### **Практическая часть.**

### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать первый этап (первичный отбор).
2. Описать второй этап (вторичный отбор).
3. Описать промежуточный отбор.
4. Описать заключительный отбор.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть особенности отбора спортивного резерва в избранном виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Проанализировать отбор спортивного резерва в избранном виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. По рассмотренным вопросам составить ЭССЕ «Критерии отбора и подготовки студентов с ОВЗИ в избранном виде адаптивного спорта».

### **Практическое занятие № 14.**

**Тема:** Основы научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков основам научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

#### **Практическая часть.**

#### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Обосновать применение сочетание качественных и количественных, субъективных и объективных оценок в адаптивном спорте.

2. Обосновать систематическую сопоставимость динамики тренировочных воздействий и динамики подготовленности спортсмена, регулярная проверка

параметров проектируемого и фактического состояния объекта управления.

3. Рассмотреть принципы системность, непрерывность, многоэтапность и цикличность контроля в адаптивном спорте.

4. Обосновать унификация и постоянное совершенствование системы оценок и контроля в видах адаптивного спорта.

### **Практическое занятие № 15.**

**Тема:** Основы научно-методической разработки мониторинга состояния здоровья спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков основам научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

#### **Практическая часть.**

##### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Обосновать применение сочетание качественных и количественных, субъективных и объективных оценок состояния здоровья студентов с ОВЗИ в адаптивном спорте.

2. Обосновать систематическую сопоставимость динамики подготовленности спортсмена, через показатели здоровья.

4. Обосновать совершенствование системы оценок и контроля состояния здоровья в видах адаптивного спорта.

#### **Самостоятельная работа**

##### **Инструкция:**

Шаг 1. Рассмотреть основы научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

Шаг 2. Проанализировать возможность реализации основ научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

Шаг 3. Заполнить таблицу основ научно-методического сопровождения спортивных сборных команд по паралимпийским и сурдлимпийским видам спорта.

Вид адаптивного спорта	Методические рекомендации к виду адаптивного спорта	Оценка предложенной методики

### **Практическое занятие № 16.**

**Тема:** Планирование мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков планирования мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

#### **Практическая часть.**

##### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Описать дисциплины во Всероссийском комплексе ГТО для студентов с ПОДА.
2. Описать дисциплины во Всероссийском комплексе ГТО для студентов с нарушением зрения.
3. Описать дисциплины во Всероссийском комплексе

ГТО для студентов с нарушением слуха.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Основываясь на материалах лекции проанализировать дисциплины, представленные во Всероссийском комплексе ГТО для студентов различных нозологических групп.

Шаг 2. Разобрать дисциплины, представленные во Всероссийском комплексе ГТО для студентов различных нозологических групп.

Шаг 3. Заполнить таблицу дисциплины, представленные во Всероссийском комплексе ГТО для студентов различных нозологических групп (поставить «+» если формируется).

<b>Дисциплины</b>	<b>Лица с ПОДА</b>	<b>Лица с нарушением зрения</b>	<b>Лица с нарушением слуха</b>
Бег на 30, 60, 100 м			
Челночный бег 3x10 м			
Скандинавская ходьба			
Подтягивание на высокой и низкой перекладине			
Метание мяча в цель			
Прыжок в длину с места			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа			

### **Практическое занятие № 17.**

**Тема:** Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков проведения мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

#### **Практическая часть.**

##### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Организация получения медицинского допуска к Всероссийскому комплексу ГТО студентов с ОВЗИ.
2. Обоснование подбора дисциплин Всероссийского комплекса ГТО применимых к нескольким или одной нозологической группе.
3. Обоснование подбора дисциплин Всероссийского комплекса ГТО для проведения инклюзивного мероприятия для студентов.

#### **Самостоятельная работа**

##### **Инструкция:**

Шаг 1. Основываясь на материалах лекции проанализировать варианты проведения мероприятия Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Разобрать включение дисциплин Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ОВЗИ в реализацию проекта.

Шаг 3. Разработка проекта проведения мероприятия Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ОВЗИ.

### **Практическое занятие № 18.**

**Тема:** Контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или)

подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

**Цель занятия:** освоение знаний и практических навыков контроля результатов мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке к Всероссийскому комплексу «Готов к труду и обороне».

### **Практическая часть.**

#### **Разобрать вопросы к теме:**

1. Контроль и специфические дисциплины Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ПОДА.

2. Контроль и специфические дисциплины Всероссийского комплекса ГТО для студентов с нарушением слуха.

3. Контроль и специфические дисциплины Всероссийского комплекса ГТО для студентов с нарушением зрения.

### **Самостоятельная работа**

#### **Инструкция:**

Шаг 1. Основываясь на материалах лекции проанализировать специфические дисциплины Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ОВЗИ.

Шаг 2. Разобрать специфические дисциплины Всероссийского комплекса ГТО для студентов с ОВЗИ.

Шаг 3. Внести в таблицу данные контроля результатов в некоторых дисциплинах ГТО для студентов с ОВЗИ (поставить «+» если формируется).

<b>Дисциплины</b>	<b>Лица с ПОДА</b>	<b>Лица с нарушением зрения</b>	<b>Лица с нарушением слуха</b>
Бег на 30, 60, 100 м			
Бег в коляске змейкой			

Челночный бег 3x10 м			
Скандинавская ходьба			
Квадрат 10x10 м			
Метание мяча в цель			
Прыжок в длину с места			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа			

По окончанию практических заданий выполняется проверочный текст в виде зачётной работы.

**Перечень вопросов проверочного теста:**

**1. В каком году была создана первая спортивная организация глухих?**

- а) 1924;
- б) 1944;
- в) 1964.

**2. К группам инвалидов в зависимости от характера нарушения функции не относится:**

- а) с нарушением интеллекта;
- б) с различными физическими недостатками;
- в) трансплантанты;
- г) с патологией дыхательных путей.

**3. В каком году была создана Международная спортивная организация для инвалидов (ИСОД)?**

- а) 1924;
- б) 1964;
- в) 1983.

**4. К видам физической реабилитации инвалидов относятся (укажите 2 правильных ответа):**

- а) социальная;
- б) педагогическая;**
- в) медицинская;**
- г) физическая;
- д) психологическая.

**5. В каком году была создана Международная федерация – организация спорта для людей с нарушением интеллекта «Special Olympics»?**

- а) 1960;
- б) 1968;**
- в) 1988.

**6. Укажите что не является основным направлением адаптивного спорта:**

- а) специальное Олимпийское движение;
- б) Всемирные игры глухих;
- в) специальное Европейское движение.**

**7. В каком году была создана Международная спортивная и оздоровительная ассоциация людей с церебральным параличом?**

- а) 1964;
- б) 1970;
- в) 1978.**

**8. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами – это основные задачи:**

- а) адаптивной двигательной рекреации;**

- б) адаптивной физической реабилитации;
- в) адаптивного физического воспитания.

**9. Отметьте основные критерии отнесения запрещенной субстанции или методов к запрещенным:**

- а) использование субстанции или метода противоречит духу спорта;
- б) субстанция или метод представляет реальный риск для здоровья спортсмена;
- в) все перечисленные критерии.

**10. Когда был пик антидопинговых нападков на Российскую Федерацию?**

- а) после зимних Олимпийских игр 2014 года в Сочи;
- б) после летних Олимпийских игр 2020 года в Токио;
- в) после зимних Олимпийских игр 2018 в Пхёнчхане.

**11. Сколько видов спорта в олимпийской терминологии курируют Всероссийские федерации по видам адаптивного спорта?**

- а) каждая федерация по более, чем двадцати видам спорта;
- б) каждая федерация по одному виду спорта;
- в) каждая федерация по трем видам спорта.

**12. Как в адаптивных видах спорта называется вид спорта, не имеющий спортивных дисциплин?**

- а) спортивная дисциплина;
- б) вид спорта;
- в) группа спортивных дисциплин.

**13. Сколько типов Международных спортивных организаций занимаются развитием паралимпийских**

**видов спорта?**

- а) два;
- б) четыре;**
- в) три.

**14. При обеспечении гендерного равенства на крупных международных соревнованиях должно и соответствовать количество комплектов медалей, разыгрываемых между мужчинами и женщинами?**

- а) да, обязательно без учета соревнований в смешанных эстафетах;
- б) да, обязательно;**
- в) нет, не обязательно.

**15. Какое количество дорожек могут занимать спортсмены с нарушением зрения при беге с лидером?**

- а) одну;
- б) две;**
- в) три.

***Список рекомендуемой литературы к модулю 3.***

*а) основная литература:*

1. Адаптивный спорт / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. – М.: Советский спорт, 2010. – 314 с.

2. Арнст, Н. В. Физическая культура. Теоретические основы адаптивного спорта : учеб. пособие / Н. В. Арнст. – Красноярск. – СибГУ им. М. Ф. Решетнева, 2020. – 94 с.

2. Веневцев, С. И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: методическое пособие / С. И. Веневцев. – М.: Издательство Советский спорт. – 2004. – 96 с.

3. Евсеев, С. П. Адаптивный спорт (правовые, организационные и методические рекомендации) / С. П. Евсеев. – М.: ООО «ПРИНЛЕТО», 2021. – 46 с.

4. Евсеев, С. П. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера / С. П. Евсеев. – М.: ООО «ПРИНЛЕТО», 2021. – 600 с.: ил.

5. Евсеев, С. П. Проблемы классификации в адаптивном спорте. / С. П. Евсеев. – СПб. – 2006 – 218 с.

*б) дополнительная литература:*

1. Адаптивная физическая культура: методические рекомендации / сост. Кочеткова Т. Н. – Лесосибирск : Лесосибирского педагогического института филиала Сибирского федерального университета, 2013. – 24 с.

2. Горелик, В. В. История адаптивной физической культуры : учеб. пособие / В. В. Горелик, В. А. Рева. – Тольятти : Изд-во ТГУ, 2012. – 111 с.

3. Нарциссова С. Ю. Адаптивный спорт: развитие и организация: учебное пособие / С. Ю. Нарциссова, С. И. Бочкарева, Н. Е. Копылова, Т. П. Высоцкая, А. Г. Ростеванов, С. П. Голубничий. Под общ. ред. С. Ю. Нарциссовой. – М.: Академия МНЭПУ, 2020. – 212 с.

4. Основы антидопингового обеспечения спорта / Коллектив авторов. – М.: Человек, 2019. – 288 с., ил.

5. Харченко, Л. В. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями : учебное пособие / Л. В. Харченко, Т. В. Синельникова, В. Г. Турманидзе. – Омск: Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, 2016. – 112 с.

*в) интернет ресурсы:*

1. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам;

2. <http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал;

3. <http://www.elibrary.ru/> eLIBRARY.RU

4. <http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»;

5. <https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books;
6. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань».

## МОДУЛЬ 4. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ НАСЕЛЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП С ОВЗИ»

### IV. АННОТАЦИЯ

*Модуль «Деятельность по физкультурно-спортивному воспитанию населения различных возрастных групп с ОВЗИ» направлен на освоение знаний, умений и практических навыков в области планирование и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ. Блоки модуля представлены несколькими направлениями такими как типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта, подготовка и проведение мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ, Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), Развитие у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном виде адаптивного спорта.*

**Цель:** формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с

отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) и Профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту».

## **ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К МОДУЛЮ 4.**

### **Практическое занятие № 1.**

**Тема:** Планирование и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

**Цель занятия:** формирование у слушателей системы навыков практического применения знаний при планировании и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Правила допуска населения различных возрастных групп с ОВЗИ к физкультурным, спортивным, рекреационным мероприятиям, включая выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2. Методики планирования инклюзивных физкультурных и (или) рекреационных мероприятий с лицами с ОВЗИ трудоспособного и (или) пожилого возраста.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Использование информационных систем при планировании мероприятий по популяризации здорового образа жизни и активного долголетия для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

2. Порядок и правила работы с техническими средствами реабилитации для лиц с инвалидностью.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Составить планы мероприятия по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

3. Опишите пример дискриминации людей с инвалидностью по реализации их права на образование. Предложите пути решения на основе Конвенции о правах инвалидов (с указанием статей и обоснованием на основе правовых документов Российской Федерации).

Ситуация 1. Опишите пример дискриминации людей с инвалидностью по реализации их права на образование.	<i>Ситуация.</i>
Вариант позитивного решения проблемы на основе Конвенции о правах инвалидов (с указанием статей и обоснованием на основе правовых документов вашего государства).	<i>Позитивное решение.</i>

### **Практическое занятие № 2.**

**Тема:** Планирование и разработка мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных

мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

**Цель занятия:** формирование у слушателей системы навыков практического применения знаний при планировании и разработке мероприятий по взаимодействию с организациями, обеспечивающими проведение физкультурных, спортивных, рекреационных мероприятий для населения различных возрастных групп с ОВЗИ.

**Вопросы для изучения:**

1. Методы самоконтроля в физкультурно-спортивном воспитании лиц с ОВЗИ и в адаптивном спорте.
2. Правила техники безопасности при проведении занятий с лицами с ОВЗИ.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Техники общения с лицами с инвалидностью, лицами с ограниченными возможностями здоровья.
2. Требования и условия для присвоения спортивных разрядов и спортивных званий в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией.

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Составить соответствующий условиям образовательного процесса и ресурсам образовательной организации план инклюзивных физкультурных мероприятий для школьников с ОВЗИ и (или) студентов с ОВЗИ.
3. В группе один из детей во время тренировки в разговорах, во время выполнения заданий тренера постоянно обращает внимание на неловкость одного из ребят. Как, по вашему мнению, следует поступить

тренеру?

1. Сделать вид, что ничего не случилось.
  2. Побеседовать со всеми спортсменами о поддержке и взаимопомощи.
  3. Найти возможность побеседовать с ребенком наедине.
  4. Поставить в известность родителей ребенка.
  5. Другие варианты.
- Аргументируйте свой ответ в электронном виде.

### **Практическое занятие № 3.**

**Тема:** Типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта.

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений применять типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом.
2. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте (в паралимпийском, Сурдлимпийском и Специальном олимпийском движениях).

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести (принцип максимального вовлечения).
2. Периодическое переосвидетельствование спортсменов, изменения которых не носят необратимого характера (принцип постоянного уточнения).

3. Становление и развитие адаптивного спорта как продвижение по магистральному направлению – от лечебного к рекреативному и от него к спортивным видам физической культуры.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Составить словарь специальных терминов и понятий по теме занятия (не менее 10).
3. Проанализировать мероприятия Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских, международных физкультурных и спортивных мероприятий с целью выявления инклюзивных форм мероприятий.

#### **Практическое занятие № 4.**

**Тема:** Типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта.

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений применять типовые и авторские методики и технологии физкультурно-спортивного воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Средства и методы развития физических способностей в спорте глухих.
2. Средства и методы развития физических способностей в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями.
3. Средства и методы развития физических способностей в спорте слепых.
4. Средства и методы развития физических способностей в спорте лиц с поражением опорно-

двигательного аппарата.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Взаимосвязь и различия спорта здоровых и адаптивного спорта. Роль адаптивного спорта для социализации лиц с ограниченными возможностями.

2. Основные направления (виды) адаптивного спорта. Виды адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Дать характеристику видам адаптивного спорта помимо паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского.

3. Заполнить таблицу. Задание на установление соответствия. Установите соответствие между потребностью личности (колонка Б) и удовлетворяющей ее видом адаптивной физической культуры (колонка А).

<b>«Колонка А» Вид адаптивной физической культуры</b>	<b>«Колонка Б» Потребность личности</b>
1. Адаптивное физическое воспитание	А. Потребность в подготовке к жизни
2. Адаптивный спорт	Б. Потребность в отдыхе, развлечении
3. Адаптивная двигательная рекреация	В. Потребность в самоактуализации, самореализации через соревновательную деятельность
4. Физическая реабилитация	Г. Потребность в творческом саморазвитии
5. Экстремальные виды двигательной активности	Д. Потребность в риске

### **Практическое занятие № 5.**

**Тема:** Подготовка и проведение мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ.

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений и навыков по подготовке и проведению мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Правила формирования алгоритмов (регламентов) подготовки и проведения мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию населения различных возрастных групп с ОВЗИ для координации действий участников.

2. Способы формирования, поддержания и коррекции мотивации населения различных возрастных групп с ОВЗИ к систематическим занятиям физическими упражнениями.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Методики привлечения и вовлечения лиц трудоспособного и пожилого возраста в инклюзивные физкультурно-спортивные мероприятия.

2. Этические и деонтологические нормы, правила взаимодействия с лицами с инвалидностью, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Описать методику подготовки и проведения мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию студентов с ОВЗИ.

### **Практическое занятие № 6.**

**Тема:** Подготовка и проведение мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ.

**Цель занятия:** формирование у слушателей умений и навыков по подготовке и проведению мероприятий (занятий) по инклюзивному физкультурно-спортивному и патриотическому воспитанию лиц трудоспособного и пожилого возраста с ОВЗИ.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Организация массовой физкультурно-спортивной деятельности с лицами с инвалидностью среднего и старшего возраста за рубежом.
2. Российский опыт привлечения к массовому спорту лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в средних и старших возрастных группах.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Организационные условия привлечения к массовому спорту лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью на основании передового опыта.
2. Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа в трудовых коллективах.
3. Досуговые формы адаптивной физической культуры по принципу семейного активного отдыха.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Представить формы поощрения лиц с ограниченными возможностями здоровья и лиц с инвалидностью систематически занимающихся массовым спортом.
3. Ответить на вопросы теста:

#### **1. Что означает понятие «компенсация»?**

- а) приспособление;
- б) исправление;
- в) замещение;
- г) восстановление.

#### **2. Что означает понятие «коррекция» в адаптивной физической культуре в широком смысле понимания?**

- а) приспособление;
- б) исправление;
- в) замещение;
- г) восстановление.

#### **3. Для формирования чувственного образа двигательного действия в адаптивной физической культуре используют:**

- а) методы наглядности;
- б) методы развития физических качеств;
- в) методы воспитания;
- г) методы обучения.

#### **4. Определите все существующие способы организации работы по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры в индивидуальных программах**

## **реабилитации или абилитации инвалидов и детей-инвалидов:**

а) индивидуальные занятия и групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии;

б) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются;

в) инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп;

г) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп, интегрированные, инклюзивные занятия.

## **5. Виды физических упражнений в адаптивной физической культуре, сгруппированные по степени самостоятельности выполнения упражнений включают:**

а) упражнения активного самостоятельного выполнения;

б) упражнения с поддержкой, помощью, страховкой;

в) упражнения, выполняемые с помощью протезов, тугоров, ортезов и технических устройств;

г) упражнения в ходунках, коляске, условиях разгрузки (на подвеске);

д) пассивные упражнения;

е) упражнения в положении лежа на животе, на спине, на боку, сидя, стоя, на коленях, присев, на четвереньках и др.

## **Практическое занятие № 7.**

**Тема:** Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам адаптивного спорта.

**Цель занятия:** формирование у слушателей

практических умений и навыков планирования спортивной подготовки по видам адаптивного спорта на основе Федеральных стандартов.

**Вопросы для изучения:**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих».
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями».

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «кёрлинг».

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Разработать адаптированную образовательную программу по физической культуре для учащегося младшего школьного возраста с ЗПР.

3. Ответить на вопросы теста:

**1. Какие паралимпийские спортивные дисциплины адаптивного спорта развивают Всероссийские спортивные федерации для здоровых лиц?**

- а) пауэрлифтинг и дзюдо;
- б) плавание и легкая атлетика;
- в) керлинг и тхэквондо;
- г) велоспорт и академическая гребля.

**2. Как в адаптивных видах спорта называется вид спорта, не имеющий спортивных дисциплин?**

- а) спортивная дисциплина;

- б) группа видов спорта;
- в) вид спорта;
- г) группа спортивных дисциплин.

**3. Сколько видов спорта в олимпийской терминологии курируют Всероссийские федерации по видам адаптивного спорта?**

- а) каждая федерация по трем видам спорта;
- б) каждая федерация по одному виду спорта;
- в) каждая федерация по двум видам спорта;
- г) каждая федерация по более, чем двадцати видам спорта;

### **Практическое занятие № 8.**

**Тема:** Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам адаптивного спорта.

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков планирования спортивной подготовки по видам адаптивного спорта на основе Федеральных стандартов.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт с ПОДА».
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых».

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «тхэквондо»

#### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Разработать адаптированную образовательную программу по физической культуре для учащегося

младшего школьного возраста с ДЦП.

3. Дать ответы на вопросы теста:

**1. Сколько типов Международных спортивных организаций занимаются развитием паралимпийских видов спорта?**

- а) один;
- б) три;
- в) четыре;
- г) два.

**2. Какие федеральные органы исполнительной власти участвуют в развитии адаптивного спорта?**

- а) Федеральное медико-биологическое агенство;
- б) Министерство спорта Российской Федерации;
- в) Министерство просвещения Российской Федерации;
- г) все перечисленное.

**3. Существует ли в мире наименования видов адаптивного спорта, используемых в России: спорт слепых, спорт глухих, спорт ЛИН, спорт лиц с ПОДА?**

- а) нет, не существует;
- б) да, существует;
- в) нет, не существует, но до 1960 года существовали;
- г) да, существует, начиная с 2000 года.

### **Практическое занятие № 9.**

**Тема:** Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий.

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков в проведении общей

физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий.

### **Вопросы для изучения:**

1. Измерение и оценка общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки.

2. Консультирование тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической и специальной подготовки.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся, способы их учета в спортивной подготовке по виду адаптивного спорта.

2. Использовать специализированное спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для определения уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося.

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.

2. Подбор показателей и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся.

3. Составить план-конспект занятия по общей физической подготовке занимающихся с ПОДА в процессе реабилитационных мероприятий.

### **Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия по общей физической**

**подготовке, занимающихся с ПОДА в процессе  
реабилитационных мероприятий**

**Требования к оформлению плана-конспекта  
тренировочного занятия**

**Конспект занятия № \_\_\_\_\_**

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Тип учебно-тренировочного занятия: \_\_\_\_\_

Цель тренировки: \_\_\_\_\_

Задачи учебно-тренировочного занятия:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

<b>Часть занятия</b>	<b>Содержание</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Организационно-методические указания</b>
<b>Подготовительная</b>			
<b>Основная</b>			

<b>Заключительная</b>			

### **Практическое занятие № 10.**

**Тема:** Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий.

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков в проведении общей физической и специальной подготовкой занимающихся с ОВЗИ в процессе реабилитационных мероприятий.

#### **Вопросы для изучения:**

1. Разработка планов и структуры тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося на период реабилитационных мероприятий.
2. Проведение с занимающимися тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Порядок составления и ведения документации по планированию занятий по общей физической и специальной подготовке.
2. Методики обучения технике выполнения

комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке в виде адаптивного спорта.

3. Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы спортивной подготовки занимающегося

### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Изучить материал лекции.
2. Выбор оптимальных для занимающегося форм и видов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической) у лиц с ОВЗИ.
3. Составить план-конспект тренировочного занятия по специальной физической подготовке, занимающихся с ПОДА в процессе реабилитационных мероприятий.

### **Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия по специальной физической подготовке, занимающихся с ПОДА в процессе реабилитационных мероприятий**

### **Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия**

**Конспект занятия № \_\_\_\_\_**

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Тип учебно-тренировочного занятия: \_\_\_\_\_

Цель тренировки: \_\_\_\_\_

Задачи учебно-тренировочного занятия:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная			
Основная			
Заключительная			

### **Практическое занятие № 11.**

**Тема:** Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

**Цель занятия:** формирование у слушателей

практических умений и навыков при организации тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

#### **Вопросы для изучения:**

1. Отбор лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

2. Развитие у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном виде адаптивного спорта.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Методики массового отбора в виде адаптивного спорта.

2. Организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно-двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности.

3. Методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

4. Выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний.

#### **Задания для самостоятельной работы (6 ч.):**

1. Изучить материал лекции.

2. Ответить на вопросы теста:

**1. В каких видах соревновательной программы**

**паралимпийских игр соревнуются смешанные команды?**

- а) в баскетболе на колясках;
- б) в горных лыжах;
- в) в керлинге и смешанных эстафетах;
- г) в футболе лиц с ДЦП.

**2. Есть ли медицинские противопоказания для занятий женщин мужскими видами спорта?**

- а) да, что касается рисков психологической трансформации личности женщин;
- б) нет, занятия мужскими видами спорта (тяжелая атлетика) укрепляют волю и характер женщин;
- в) да, таких противопоказаний не существует;
- г) да, это касается рисков утраты репродуктивной функции женщин.

**3. Сколько спортивных дисциплин спорта слепых включено в программу летних паралимпийских игр?**

- а) 7;
- б) 5;
- в) 6;
- г) 9.

3. Составить план-конспект тренировочного занятия, занимающихся детей с патологией слуха в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

**Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия, занимающихся детей с патологией слуха в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).**

## Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия

Конспект занятия № \_\_\_\_\_

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Тип учебно-тренировочного занятия: \_\_\_\_\_

Цель тренировки: \_\_\_\_\_

Задачи учебно-тренировочного занятия:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
<b>Подготовительная</b>			
<b>Основная</b>			

<b>Заключительная</b>			

### **Практическое занятие № 12.**

**Тема:** Организация тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

**Цель занятия:** формирование у слушателей практических умений и навыков при организации тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

#### **Вопросы для изучения:**

1. Планирование и контроль результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

2. Контроль результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Техники планирования спортивной подготовки в различных циклах тренировки.

2. Программа спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

3. Планирование содержания отдельных тренировочных и теоретических занятий, микроциклов, мезоциклов на основе годового плана начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

**Задания для самостоятельной работы (6 ч.):**

1. Изучить материал лекции.
2. Ответить на вопросы теста:

**1. С какого года спорт слепых входит в программу летних паралимпийских игр?**

- а) 1980;
- б) 1960;
- в) 1976;
- г) 1988.

**2. В каких дисциплинах спорта у лиц с ПОДА использование рационального питания влияет (на прямую) на выполнение правил соревнования?**

- а) пауэрлифтинг;
- б) велоспорт;
- в) плавание;
- г) легкая атлетика.

**3. Какую максимальную недельную нагрузку (часов) может иметь спортсмен с ПОДА в соответствии Федеральным стандартом спортивной тренировки по спорту лиц с ПОДА?**

- а) 24;
- б) 18;
- в) 20;
- г) 16.

**4. В каком из перечисленных Паралимпийских видов спорта возможно участие спортсмена с нарушением зрения в одной дисциплине со спортсменами с ПОДА?**

- а) эстафета в биатлоне;
- б) эстафета в плавании;
- в) академическая гребля – четверка с рулевым;
- г) волейбол сидя.

3. Составить план-конспект тренировочного занятия, занимающихся детей с ДЦП в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

### **Требования к оформлению плана-конспекта тренировочного занятия**

**Конспект занятия № \_\_\_\_\_**

Тема занятия: \_\_\_\_\_

Тип учебно-тренировочного занятия: \_\_\_\_\_

Цель тренировки: \_\_\_\_\_

Задачи учебно-тренировочного занятия:

1. (образовательная) \_\_\_\_\_

2. (воспитательная) \_\_\_\_\_

3. (оздоровительная) \_\_\_\_\_

Специальные (коррекционные): \_\_\_\_\_

Дата и место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Время проведения: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Под гот ови			

<b>Основная</b>			
<b>Заключительная</b>			

### Перечень вопросов проверочного теста.

**1. Что означает понятие «компенсация»?**

- а) приспособление;
- б) исправление;
- в) замещение;
- г) восстановление.

**2. Что означает понятие «коррекция» в адаптивной физической культуре в широком смысле понимания?**

- а) приспособление;
- б) исправление;
- в) замещение;
- г) восстановление.

**3. Для формирования чувственного образа двигательного действия в**

**адаптивной физической культуре используют:**

- а) методы наглядности;
- б) методы развития физических качеств;
- в) методы воспитания;
- г) методы обучения.

**4. Определите все существующие способы организации работы по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры в индивидуальных программах реабилитации или абилитации инвалидов и детей-инвалидов:**

а) индивидуальные занятия и групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии;

б) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп;

в) индивидуальные занятия, групповые занятия, в которых объединяются инвалиды, дети-инвалиды одной нозологии или различных нозологических групп, интегрированные, инклюзивные занятия.

**5. Какие паралимпийские спортивные дисциплины адаптивного спорта развивают Всероссийские спортивные федерации для здоровых лиц?**

- а) пауэрлифтинг и дзюдо;
- б) плавание и легкая атлетика;
- в) керлинг и тхэквондо;
- г) велоспорт и академическая гребля.

**6. Как в адаптивных видах спорта называется вид спорта, не имеющий спортивных дисциплин?**

- а) спортивная дисциплина;
- б) группа видов спорта;
- в) вид спорта;
- г) группа спортивных дисциплин.

**7. Сколько видов спорта в олимпийской терминологии курируют Всероссийские федерации по видам адаптивного спорта?**

- а) каждая федерация по трем видам спорта;
- б) каждая федерация по одному виду спорта;
- в) каждая федерация по двум видам спорта;
- г) каждая федерация по более, чем двадцати видам спорта;

**8. Сколько типов Международных спортивных организаций занимаются развитием паралимпийских видов спорта?**

- а) один;
- б) три;
- в) четыре;
- г) два.

**9. Какие федеральные органы исполнительной власти участвуют в развитии адаптивного спорта?**

- а) Федеральное медико-биологическое агенство;
- б) Министерство спорта Российской Федерации;

- в) Министерство просвещения Российской Федерации;
- г) все перечисленное.

**10. Существует ли в мире наименования видов адаптивного спорта, используемых в России: спорт слепых, спорт глухих, спорт ЛИН, спорт лиц с ПОДА?**

- а) нет, не существует;
- б) да, существует;
- в) нет, не существует, но до 1960 года существовали;
- г) да, существует, начиная с 2000 года.

**11. В каких видах соревновательной программы паралимпийских игр соревнуются смешанные команды?**

- а) в баскетболе на колясках;
- б) в горных лыжах;
- в) в керлинге и смешанных эстафетах;
- г) в футболе лиц с ДЦП.

**12. Есть ли медицинские противопоказания для занятий женщин мужскими видами спорта?**

- а) да, что касается рисков психологической трансформации личности женщин;
- б) нет, занятия мужскими видами спорта (тяжелая атлетика) укрепляют волю и характер женщин;
- в) да, таких противопоказаний не существует;
- г) да, это касается рисков утраты репродуктивной функции женщин.

**13. Сколько спортивных дисциплин спорта слепых включено в программу летних паралимпийских игр?**

- а) 7;

- б) 5;
- в) 6;
- г) 9.

**14. С какого года спорт слепых входит в программу летних паралимпийских игр?**

- а) 1980;
- б) 1960;
- в) 1976;
- г) 1988.

**15. В каких дисциплинах спорта у лиц с ПОДА использование рационального питания влияет (на прямую) на выполнение правил соревнования?**

- а) пауэрлифтинг;
- б) велоспорт;
- в) плавание;
- г) легкая атлетика.

**16. Какую максимальную недельную нагрузку (часов) может иметь спортсмен с ПОДА в соответствии Федеральным стандартом спортивной тренировки по спорту лиц с ПОДА?**

- а) 24;
- б) 18;
- в) 20;
- г) 16.

**17. В каком из перечисленных Паралимпийских видов спорта возможно участие спортсмена с нарушением зрения в одной дисциплине со спортсменами с ПОДА?**

- а) эстафета в биатлоне;
- б) эстафета в плавании;

- в) академическая гребля – четверка с рулевым;
- г) волейбол сидя.

**Список рекомендуемой литературы к модулю 4.**

*а) основная литература:*

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева, Е. Б. Ладыгина [и др.]; под общ. ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2014. – 297 с. : ил.

2. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 614 с. : ил.

3. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева, Е. Б. Ладыгина [и др.]. – СПб. : [б. и.], 2018. – 118 с.

4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с.

*б) дополнительная литература:*

1. Адаптивный спорт : учебное пособие. В 2 ч. / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева, А. А. Шелехов, А. В. Аксенов, А. В. Шевцов, Г. З. Идрисова, Е. Б. Ладыгина, И. Г. Ненахов, Ю. А. Ковалева, И. Г. Крюков, С. С. Матвеева, А. А. Белодедова, Н. В. Никифорова, С. В. Гутников, В. И. Ивлев, А. С. Старченко, В. В. Брежнева ; Под. ред. С. П. Евсеева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2022. – 142 с.

2. Евсеев, С. П. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера / С. П. Евсеев. – М.: ООО «ПРИНЛЕТО», 2021. – 600 с.: ил.

3. Колчев, А. И. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / А. И. Колчев, А. В. Шевцов, Б. Б. Ершов; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, СанктПетербург. – СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2018. – 94 с.

4. Кузнецова, Ж. В. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / Ж. В. Кузнецова; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 168 с.

5. Мартынихин, В. С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие / В. С. Мартынихин, К. В. Мартынихин, М. Л. Гинзбург; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 210 с.

6. Современные проблемы адаптивной физической культуры и ее видов : учебное пособие / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева, А. А. Грачиков, А. В. Аксенов. – Санкт-Петербург : НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2020. – 136 с.

*В) интернет-ресурсы:*

1. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам;

2. <http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал;

3. <http://www.elibrary.ru/> eLIBRARY.RU;

4. <https://paralymp.ru/> Паралимпийский комитет России;

5. <http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»;
6. <https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books;
7. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань».

Учебное издание

**КОЛЛЕКТИВ АВТОРОВ**  
**КЛИМЕНКО Ирина Викторовна,**  
**ЕРМОЛЕНКО Александр Викторович,**  
**ШТОЛЬЦ Юлия Михайловна,**  
**МЕЛЕШКО Екатерина Александровна,**  
**ВАКУЛЕНКО Александра Александровна**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ВОСПИТАНИЕ И  
ПОДГОТОВКА ПО ВИДАМ АДАПТИВНОГО  
СПОРТА ЛИЦ С ОВЗ НА ОСНОВЕ  
ИНКЛЮЗИВНОГО ПОДХОДА**

*Методические рекомендации*

В авторской редакции

Подписано в печать 16.12.2024. Бумага офсетная.  
Гарнитура Times New Roman.  
Печать графическая. Формат 60x84/16. Усл. печ. л. 8,95.  
Тираж 50 экз. Заказ № 108.

ФГБОУ ВО «ЛГПУ»  
Издательство ЛГПУ  
ул. Оборонная, 2, г. Луганск, ЛНР, 291011  
тел.: +7(857-2) 58-03-20  
e-mail: knitaizd@mail.ru