

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Общие особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре».

Цель занятия: познакомить с принципами физического воспитания в АФК.

Задачи занятия:

1. определить связь АФК с другими областями научных знаний.
2. познакомить с основными принципами АФК.

2. Основные понятия

Принципы АФК, социальные принципы, общеметодические принципы, специальнометодические принципы.

3. Вопросы к занятию

1. Охарактеризовать принципы АФК.
2. Раскрыть три основных группы принципов АФК.
3. Раскрыть отличия АФК от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены, специальной педагогики.

4. Вопросы для самоконтроля

1. Обосновать учет возрастных особенностей при организации занятий АФК.
2. Исследовать принципы профилактической направленности, адекватности, оптимальности и вариативности в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность.

5. Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Методологические аспекты АФК. Принципы АФК	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Организация физкультурного движения инвалидов. Паралимпийский комитет России. Специальный олимпийский комитет».

Цель занятия: познакомить с организацией физкультурного движения инвалидов.

Задачи занятия:

1. Познакомить с аксиологическими концепциями отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам.
2. Познакомить с российскими и международными соревнованиями по различным видам спорта.
3. Познакомить с работой Паралимпийского комитета России и международного Паралимпийского комитета.

2.Основные понятия

Аксиологические концепции, Паралимпийский комитет, соревнования для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, Паралимпийские игры.

3.Вопросы к занятию

1. Охарактеризовать аксиологические концепции отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам.
 2. Раскрыть виды спорта, по которым проводятся российские и международные соревнования.
 3. Раскрыть виды спорта, входящие в список Зимних Паралимпийских игр.
 4. Раскрыть виды спорта, входящие в список Летних Паралимпийских игр.

4.Вопросы для самоконтроля

1. Изучить историю Зимних Паралимпийских игр.
2. Изучить историю Летних Паралимпийских игр.

5.Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Организация АФК в РФ и мировом сообществе. Адаптивный спорт.	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Организация центров спортивной реабилитации инвалидов».

Цель занятия: познакомить с организацией центров спортивной реабилитации инвалидов.

Задачи занятия:

1. Познакомить с государственными центрами и общественными органами управления адаптивным спортом.
2. Познакомить со службами АФК.
3. Познакомить с организацией врачебного контроля за занимающимися адаптивным спортом.

2. Основные понятия

Государственные центры, общественные организации, социальное обеспечение, органы управления адаптивным спортом, врачебный контроль.

3. Вопросы к занятию

1. Раскрыть основной социальный закон функционирования и развития физической культуры (в том числе адаптивной).
2. Раскрыть принципы, вытекающие из данного закона, - прикладность, всесторонность и оздоровительная направленность.
3. Обосновать дополнительные принципы, вытекающие из данного закона для адаптивной физической культуры, - социализирующе-реабилитационный характер, коррекционная, компенсаторная, профилактическая направленность.

4. Вопросы для самоконтроля

1. Учреждения адаптивной физической культуры и спорта (детско-юношеские спортивные школы инвалидов) - основная государственная структура, организующая занятия адаптивным спортом.
2. Врачебно-физкультурные диспансеры и их взаимодействие с учреждениями адаптивной физической культуры и спорта. Организация процедуры спортивно-медицинской классификации инвалидов различных нозологических групп.
3. Организация адаптивного спорта в мировом сообществе. Параолимпийское, Специальное Олимпийское и Олимпийское движение глухих - три основных направления развития адаптивного спорта. Общественные организации, занимающиеся управлением адаптивным спортом в России и за рубежом, в рамках выделенных основных направлений (Международный и Национальный Параолимпийские комитеты, «Спешиал Олимпикс Интернэшнл» и Специальная Олимпиада России и др.).

5. Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
История АФК. Организация АФК в РФ и мировом сообществе.	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры».

Цель занятия: познакомить с основными принципами воспитания в процессе АФК.

Задачи занятия:

1. Познакомить с принципами воспитания личности средствами АФК.
2. Познакомить с методами формирования нравственного сознания и практического приучения.
3. Раскрыть виды воспитания в процессе АФК.

2.Основные понятия

Принцип общественно-ценной целевой направленности; принцип связи содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, досугом; принцип единства требований со стороны всех, участвующих в воспитании; принцип комплексного подхода и формированию личности; принцип воспитания в коллективе и через коллектив; принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью; принцип опоры на положительное; принцип дифференцированного подхода. Методы формирования нравственного сознания и практического приучения (наглядный пример, методы убеждения; одобрения, похвала и осуждение, порицание, неодобрение; поощрение и наказание). Умственное (интеллектуальное), нравственное, эстетическое, трудовое, волевое, экологическое и другие виды воспитания в процессе занятий адаптивной физической культурой.

3.Вопросы к занятию

1. Раскрыть принципы воспитания личности в процессе АФК.
2. Раскрыть методы формирования нравственного сознания и практического приучения.
3. Обосновать виды воспитания в процессе АФК.

4.Вопросы для самоконтроля

1. Изучить взаимодействие специалиста по адаптивной физической культуре с учителями (преподавателями) по другим учебным дисциплинам, врачами и психологами образовательных учреждений.
2. Воспитание самостоятельности и независимости у лиц с ограниченными физическими возможностями и инвалидов.

5.Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Задачи, средства, методы и формы организации АФК.	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Функции адаптивной физической культуры».

Цель занятия: познакомить с основными функциями АФК.

Задачи занятия:

1. Познакомить с важнейшими педагогическими функциями АФК.
2. Познакомить с важнейшими социальными функциями АФК..

2.Основные понятия

Адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, физическая реабилитация. Учебно-познавательная, развивающе-коррекционная, профессионально-подготовительная, воспитательная, компенсаторная, рекреативно-оздоровительная, соревновательная, гедонистическая, оздоровительно-восстановительная, ценностно-ориентационная, творческая, лечебно-восстановительная, профилактическая, самореабилитационная функции, функции самовоспитания.

3.Вопросы к занятию

4. Раскрыть группу педагогических функций, характеризующих процесс применения физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах адаптивной физической культуры.
5. Охарактеризовать важнейшие педагогические функции АФК.
6. Охарактеризовать важнейшие социальные функции АФК.

4.Вопросы для самоконтроля

1. Исследовать группу социальных функций адаптивной физической культуры, характеризующих ее влияние на другие социальные явления и процессы окружающей жизни, ее взаимоотношения с другими социальными институтами и феноменами.
- 2.Характеристика важнейших социальных функций: социализирующей, коммуникативной, интегративной, гуманистической, зрелищной, эстетической, престижной и др.

5.Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Методологические аспекты АФК.	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема практического занятия «Методы адаптивной физической культуры».

Цель занятия: познакомить с основными методами АФК.

Задачи занятия:

1. Познакомить с методами АФК, используемых в комплексной реабилитации больных и инвалидов.

2. Познакомить с методами социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.
3. Познакомить с методами обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

2.Основные понятия

Лечебная гимнастика (суставная и силовая), массаж, коррекция положений, дозированная ходьба (терренкур), гидрореабилитация, механотерапия, физические методы лечения, психосоматическая саморегуляция и аутогенная тренировка, аудиовизуальная стимуляция, методы формирования эмпатии, языковой компетентности, толерантности к неоднозначности, ролевой дисциплины, познавательных способностей; методы заданий на выполнение определенных ролей и функций, методы организации учебной деятельности, стимулирования, контроля и самоконтроля учебной деятельности.

3.Вопросы к занятию

7. Раскрыть методы АФК.
8. Охарактеризовать социальные методы АФК.
9. Охарактеризовать методы обучения двигательным действиям в АФК.

4.Вопросы для самоконтроля

- 1.Изучить методы развития физических качеств и способностей (равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой).
- 2.Комплексное применение методов адаптивной физической культуры.

5.Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Методические аспекты АФК.	Изучить источники по обозначенной теме.

1. Тема практического занятия «Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

Цель занятия: познакомить со способами развития физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи занятия:

1. Познакомить с основными закономерностями развития физических способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Познакомить с педагогическими принципами развития физических способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Познакомить с основными методами развития физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

2. Основные понятия

Ведущий фактор развития физических способностей, зависимость развития физических способностей от режима двигательной деятельности, этапность развития физических способностей, неравномерность и гетерохронность развития, обратимость показателей развития способностей, перенос физических способностей, принцип регулярности педагогических воздействий, принцип прогрессирования и адаптационно-адекватной предельности в наращивании эффекта воздействий, принцип рационального сочетания и распределения во времени педагогических воздействий, принцип соответствия педагогических воздействий возрастным особенностям занимающихся, принцип опережающих воздействий в развитии физических способностей, принцип соразмерности в развитии способностей.

3. Вопросы к занятию

1. Раскрыть основные закономерности развития физических способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2. Охарактеризовать педагогические принципы развития физических способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Раскрыть основные методы развития физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

4. Вопросы для самоконтроля

1. Развитие и совершенствование силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
2. Приоритетная роль игрового метода в коррекции двигательных нарушений.

5. Основная и дополнительная литература к теме

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

омощи инвалидам с умственной отсталостью «Специальная Олимпиада России»

6.* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Методические аспекты АФК.	Проанализировать по всем двигательным качествам особенности развития

1. Тема занятия, его цели и задачи

Тема занятия - Психолого-педагогический контроль за состоянием занимающихся.

Цель- овладеть приемами психолого-педагогического контроля за состоянием занимающихся.

Задачи:

1. Сформировать представление о понятии психолого-педагогический контроль».
2. Сформировать умения в проведении и интерпретации результатов педагогического контроля у занимающихся.
3. Сформировать умения в проведении психологического контроля и интерпретацией результатов у занимающихся.

2. Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы (перечень понятий).

Контроль, состояние, тесты, анкета, опросник, методика САН.

3. Вопросы к занятию

1. Для чего нужен психолого-педагогический контроль.
2. Как можно с помощью контроля воздействовать на занимающихся.
3. Требования к проведению контрольных измерений.
4. Сенситивные периоды для развития физических качеств у занимающихся.

4. Вопросы для самоконтроля

1. Двигательные тесты для оценки выносливости.
2. Двигательные тесты для оценки быстроты.
3. Двигательные тесты для оценки силы.
4. Двигательные тесты для оценки гибкости.
5. Двигательные тесты для оценки координационных способностей.
6. Психологические методики для оценки самочувствия, активности и настроения.

5. Основная и дополнительная литература к теме

3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html>
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Матвеев Л. П. - 7-е изд. стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906132505.html>

6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной среды «Интернет», необходимых для освоения содержания темы

Наименование ресурса	URL адрес	Аннотация ресурса
Научная библиотека Северного государственного медицинского университета	http://lib.nsmu.ru/lib/external/	Электронные образовательные ресурсы

Научная электронная библиотека	www.elibrary.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 25 млн научных статей и публикаций, в том числе электронные версии более 5500 российских научно-технических журналов, из которых более 4600 журналов в открытом доступе
--------------------------------	--	---

7. Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, специализированных программ, необходимых для освоения темы

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: **операционная система** - MSWindowsVistaStarter,MSWindowsProf 7 Upgr; **офисный пакет** - MSOffice 2007; **другое ПО** - 7-zip, AdobeReader,KasperskyEndpointSecurity

8. Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы в том числе с использованием возможностей электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
Планирование и комплексный (медико-психолого-педагогический) контроль за состоянием занимающихся.	Представить этапы планирования и охарактеризовать каждый из видов контроля с указанием тестов.