

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Смоленский государственный университет спорта»
(ФГБОУ ВО «СГУС»)

УТВЕРЖДАЮ
Председатель приемной комиссии
и.о. ректора ФГБОУ ВО «СГУС»
И.А. Дьячук
« 29 » 12 2025 г.

ПРОГРАММА
для поступающих на направление
49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
Направленность: «Физическая реабилитация»,
«Адаптивное физическое воспитание»
Квалификация: магистр

Смоленск 2025

Цель и задачи АФК. Виды АФК

АФК как вид физической культуры (адаптивный спорт, адаптивное физическое воспитание). Коррекционные, компенсаторные и профилактические задачи АФК. Потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья, приоритеты реабилитационных задач. Образовательные, воспитательные, и оздоровительные задачи. Предмет профессиональной деятельности в АФК.

АФК как компонент системы реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья

Комплексная реабилитация как процесс реализации образа жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья. Физическая реабилитация как основная база вида реабилитации (социально-трудовой, социально-бытовой, социально-культурной и др.).

Главная проблема в системе комплексной реабилитации больных и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Последствия вынужденной малоподвижности. Социализирующая роль АФК. Проблема преодоления психологических комплексов неполноценности.

АФК как интегративная наука

Цель, основной объект познания и воздействия в АФК.

АФК как основа социализации личности инвалида, адаптации его к трудовой деятельности, переквалификации, самовыражения и самореализации. Взаимосвязь АФК с физической культурой, медициной, валеологией, коррекционной педагогикой и другими отраслями науки.

Основные компоненты АФК

Критерии выделения компонентов (видов) АФК. Потребности общества и личности. Адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики АФК, экстремальные виды двигательной активности.

Адаптивный спорт и его характеристики

Адаптивный спорт. Цель и отличительные черты адаптивного спорта. Функции и принципы адаптивного спорта. Классификация основных направлений спорта инвалидов. Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление адаптивного спорта.

Роль АФК в социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья

Принципы АФК (социальные, общеметодические и специальные). Социализация как процесс освоения социально-культурного опыта, подготовка к самостоятельной жизни в обществе, участие в различных видах полезной деятельности. Компенсаторная направленность педагогических

воздействий АФК как фундаментальная основа подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни, духовного и физического развития.

Характеристика понятий «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура»

Сущность понятий «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». АФК как объект физического воспитания человека с ограниченными возможностями здоровья.

Особенности организации и построения занятий в специальных медицинских группах по физической культуре

Распределение школьников на медицинские группы. Комплектование специальной медицинской группы. Задачи физического воспитания в подготовительной и специальной медицинских группах. Особенности методики занятий. Организация учебного процесса.

Медико-социальная экспертиза (МСЭ) в АФК

Определение и виды экспертизы. Учреждения медико-социальной экспертизы. Основные задачи учреждений медико-социальной экспертизы. Отличия в компетенции главного бюро и бюро медико-социальной экспертизы. Роль МСЭ в реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Организация и содержание процесса реабилитации

Основные функции реабилитации. Понятие реабилитационного потенциала. Потенциал «первого и второго порядка». Социальный диагноз. Объекты реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации (ИПР). Планирование и реализация ИПР. Оценка результатов реабилитации. Критерии эффективности реабилитации. Качественные и количественные показатели.

Правовые основы социальной защиты инвалидов

Понятие о социальной защите. Международно-правовые нормы социальной защиты инвалидов. Нормы отечественного права социальной защиты инвалидов. Основные положения Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.95.

Адаптивная физическая культура и спорт в жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья

Законодательные акты государственных обязательств по обеспечению прав лиц с ограниченными возможностями здоровья на занятия физической культурой и спортом. История развития спорта инвалидов в России. Спортивные клубы лиц с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов). Паралимпийское движение в мировой практике и в России. Отечественная школа подготовки кадров в сфере физического воспитания и спортивной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Организация и содержание социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья в РФ

Нормативно-правовые основы социальной реабилитации детей-инвалидов (Конвенция о правах ребёнка). Типы учреждений для детей-инвалидов. «Цикл жизни» семьи. Понятие абилитации. Основные методы реабилитационной работы с детьми-инвалидами. Ранняя интервенция в системе социального обслуживания семей с детьми-инвалидами.

Социальные проблемы лиц с ограниченными возможностями здоровья и пути их решения

Профессиональное образование лиц с ограниченными возможностями здоровья (образование детей-инвалидов и взрослых). Законодательные акты трудоустройства лиц с ограниченными возможностями здоровья. Доступность для лиц с ограниченными возможностями здоровья окружающей среды. Средства культуры в социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Ведущие общественные организации инвалидов в РФ, и их роль в социальной реабилитации

Центры независимой жизни (ЦНЖ) в мировой практике. Основные программы ЦНЖ. Отличие реабилитационной модели от модели независимой жизни. Ведущие организации инвалидов в России, основные задачи их деятельности (Всероссийское общество глухих (ВОГ), Всероссийское общество слепых (ВОС), Всероссийское общество инвалидов (ВОИ)).

ЛФК как основное средство реабилитации лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ЛФК как метод естественно-биологического содержания, патогенетической, функциональной и неспецифической терапии. Основные средства ЛФК: физические и дыхательные упражнения, терренкур, механо- и трудотерапия, естественные природные факторы.

Основные виды и формы занятий физическими упражнениями с лицами с ограниченными возможностями здоровья

Основные виды и формы занятий физическими упражнениями с лицами с ограниченными возможностями здоровья, их задачи и цели. Планирование процесса физического воспитания детей-инвалидов. Контроль за эффективностью процесса физического воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Коррекционно-развивающее направление в адаптивной физической культуре

Принципы коррекционно-развивающего направления в АФК. Цели и задачи коррекционно-развивающего направления в АФК. Принципы

коррекционно-развивающего направления в АФК. Средства и методики коррекционно-развивающего физического воспитания.

Психолого-педагогическая коррекция дефекта

Учение Л.С. Выготского о сложной структуре дефекта, понятие о первичном и вторичном дефекте и механизмах их возникновения. Цели, задачи и методики психолого-педагогической коррекции дефекта.

Особенности развития и образования детей с отклонениями в интеллектуальном развитии

Общая характеристика умственной отсталости (УО). Причины и виды УО. Особенности развития моторики, интеллекта, речи и деятельности у детей с УО. Формы организации обучения: специальные дошкольные образовательные учреждения и школы 8-го вида. Основные задачи образования, важность трудового обучения и социализации. Интеграция в общество лиц с УО. Психолого-педагогическая помощь детям с УО.

Физиологические основы массажа

Физиологические механизмы влияния массажа на организм человека (нервный гуморальный и механический). Влияние массажа на нервную, кровеносную и лимфатическую системы, кожу, мышечную систему, суставно-связочный аппарат, обмен веществ.

Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья

Возможности адаптивного спортивно-оздоровительного туризма для оздоровления и социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях. Профилактика заболеваний и травм в походе.

Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья

Понятие профессионально-ориентированных видов соревнований и учебно-спортивной деятельности. Характеристика трех групп: использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов инвалидов; с применением моделирования ограничений двигательной деятельности студентов; с организацией участия студентов в соревновательной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами, имеющими ограниченные возможности здоровья, или спортсменами-инвалидами.

Характеристика понятий: «здоровье», «болезнь»

Определение здоровья. Факторы его определяющие. Основные черты, характеризующие здоровье. Оценка уровня здоровья. Переходное состояние

от здоровья к болезни. Понятие о болезни, этиологии и патогенезе. Причины болезни. Периоды и исходы заболеваний. Классификация болезней. Понятие о симптоме и синдроме заболевания. «Порочный круг».

Методы коррекции и развития в процессе адаптивного физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья

Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей-инвалидов. Метод слова, метод наглядности, метод практических упражнений, метод упражнения по применению знаний, метод стимулирования двигательной активности.

Адаптивные спортивные игры

Характеристика основных адаптивных спортивных игр для лиц с ограниченными возможностями здоровья (боча, голбол, следж-хоккей, волейбол сидя, стрельба из лука).

Особенности методики занятий физическими упражнениями с лицами зрелого и пожилого возраста

Морфофункциональные особенности лиц среднего и пожилого возраста. Физиологическое обоснование физических нагрузок. Характеристика средств оздоровительной физической культуры. Методические требования к проведению занятий с лицами среднего и пожилого возраста, имеющими ограниченные возможности здоровья.

Особенности развития выносливости у лиц ограниченными возможностями здоровья

Определение понятия «выносливость». Общая выносливость и методы ее развития у лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Специальная выносливость (координационная, скоростная, скоростно-силовая, силовая) и методы ее развития у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Особенности развития силы у лиц с ограниченными возможностями здоровья

Определение понятия «сила». Средства развития силы и методики развития силы. Методики развития силы у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Особенности развития быстроты у лиц ограниченными возможностями здоровья

Определение понятия «быстрота». Средства развития быстроты у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Методические особенности развития быстроты в АФК.

Особенности развития ловкости у лиц ограниченными возможностями здоровья

Определение понятия «ловкость». Факторы, влияющие на проявление ловкости у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Особенности методики развития ловкости в зависимости от основного заболевания или последствий травмы.

Особенности развития гибкости у лиц ограниченными возможностями здоровья

Определение понятия «гибкость». Факторы, обеспечивающие способность выполнять движения с максимальной амплитудой. Основные закономерности развития гибкости. Особенности методик развития гибкости у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Особенности врачебного контроля за физическим воспитанием и спортивным совершенствованием лиц с ограниченными возможностями здоровья

Цель и задачи, организация и содержание врачебного контроля за физическим воспитанием и спортивным совершенствованием лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. Спортивно-медицинская классификация инвалидов. Врачебно-педагогические наблюдения за процессом физического воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья. Медицинское обеспечение массовых физкультурных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Методика адаптивного физического воспитания детей и подростков с последствиями детского церебрального паралича

Этиология, патогенез и клинические проявления детского церебрального паралича (ДЦП). Особенности психофизического развития детей с ДЦП (нарушение психики, речи, двигательной функции). Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения при ДЦП.

Методика адаптивного физического воспитания детей и подростков с нарушением зрения

Морфофункциональные особенности детей с нарушениями зрения. Цели и задачи физического воспитания детей с нарушением зрения. Средства, особенности методики физического воспитания при нарушениях зрения.

Методика адаптивного физического воспитания детей и подростков с нарушением слуха

Морфофункциональные особенности детей с нарушениями слуха. Цели и задачи физического воспитания детей с нарушением слуха. Средства, особенности методики физического воспитания при нарушениях слуха.

Методика адаптивного физического воспитания детей и подростков с отклонениями в интеллектуальном развитии

Понятие «умственная отсталость». Особенности физического развития и двигательных способностей детей с умственной отсталостью. Основные и специфические задачи адаптивного физического воспитания детей с умственной отсталостью. Средства адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественно-средовые факторы, гигиенические факторы).

Методика реабилитации лиц с поражением спинного мозга

Характеристика патологии. Задачи и методы двигательной реабилитации в зависимости от неврологического и адаптационного статуса. Этапы реабилитации. Тренировка спинальной локомоторной активности как основа восстановления ходьбы. Дополнительные технические методы.

Особенности методики АФК после ампутации конечностей

Понятие об ампутации. Причины, ее вызвавшие. Понятие о реконструктивных оперативных вмешательствах после ампутации. Механизмы лечебного действия физических упражнений при ампутации нижних конечностей. Особенности методики комплексной реабилитации при ампутации конечностей.

Особенности работы с родителями, имеющими детей с особенностями в развитии

Особенности семейного воспитания детей-инвалидов (стили воспитания, роль матери). Родительский клуб как объединение родителей, воспитывающих ребенка с особенностями в развитии. Формы теоретического и практического обучения родителей.

Функциональная диагностика в адаптивной физической культуре

Задачи и методы функциональной диагностики при исследовании лиц с ограниченными возможностями здоровья. Требования к функциональным пробам и процедуре обследования. Виды функциональных проб. Методика проведения и оценки результатов тестирования.

Методы научного исследования в области адаптивной физической культуры

Анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, анализ документальных и архивных материалов; опрос (беседа, интервью и анкетирование), педагогический эксперимент, педагогические контрольные испытания, методы математического анализа (краткая характеристика, назначение).

Рекомендованная литература для подготовки:

1. Адаптивная физическая культура студентов с ограниченными возможностями состояния здоровья (содержание, организация, методика) : учеб. пособие / М.С. Воротова, Л.Н. Мартыанова, Л.В. Рубцова, Н.Б. Вершинина .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 108 с. : ил. — Сост. указаны на обороте тит. л. — ISBN 978-5-00129-306-4 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/826678> (дата обращения: 25.12.2025)
2. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учеб. пособие / ред. С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2014 .— 304 с. — ISBN 978-5-9718-0714-8 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279258> (дата обращения: 25.12.2025) электронный.
3. Евсеев, С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре : учеб. пособие / М.В. Томилова, О.Э. Евсеева; С.П. Евсеев .— Москва : Советский спорт, 2013 .— 96 с. — ISBN 978-5-9718-0684-4 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279275> (дата обращения: 25.12.2025)
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учебник] / С.П. Евсеев .— 2-е изд., стер. — Москва : Спорт, 2020 .— 617 с. — (Адаптивная физическая культура и спорт) .— ISBN 978-5-907225-56-5 .— URL: <https://lib.rucont.ru/efd/734822> (дата обращения: 25.12.2025)
5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. — Москва : Спорт, 2016. — 385 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367> (дата обращения: 25.12.2025). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст :
6. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Е. С. Стоцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — Часть 1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами поведения. — 197 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573581> (дата обращения: 25.12.2025). — Библиогр.: с. 190-192. — Текст : электронный.
7. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Е. С. Стоцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — Часть 2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста. — 245 с. : схем., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690229> (дата обращения: 25.12.2025). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-91930-151-6. — Текст : электронный.