

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

Утверждаю:
Директор ГБПОУ «КОРИК»

С.Ю. Гончарова

«25» сентября 2024 г.

**Дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)**

**«Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы
организации занятий по плаванию с детьми, имеющими ограниченные
возможности здоровья»**

Трудоемкость обучения по данной программе – 36 часов/72 часа

Содержание

1. Общие положения
2. Цель реализации программы повышения квалификации
3. Требования к квалификации поступающего на обучение
4. Планируемые результаты обучения
5. Условия реализации программы
6. Форма аттестации и оценочные материалы
7. Организационно-педагогические условия
8. Учебный план программы повышения квалификации
9. Календарный учебный график
10. Рабочая программа учебной дисциплины
11. Список литературы

1. Общие положения

1.1. Настоящая программа повышения квалификации «Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы организации занятий по плаванию с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья» разработана с учетом положений:

Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказа Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;

Приказа Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Федеральным законом "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ.

1.2. Дополнительная профессиональная программа «Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы организации занятий по плаванию с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья» (далее – Программа) учитывает квалификационные требования профессиональных стандартов, утвержденных приказами Минтруда России от 27.04.2023 г. №351н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по спортивно-функциональной классификации в адаптивном спорте», от 19.10.2021 г. № 734н «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», от 20.04.2019 г. № 199н «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» и требования ФГОС СПО по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура (приказ Минпросвещения России от 28.08.2023 №640 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования 49.02.02 Адаптивная физическая культура»).

Программа сформирована с учётом видов профессиональной деятельности, трудовых функций и уровней квалификации, установленных в профессиональном стандарте «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н.

2. Цель реализации программы повышения квалификации

Повышение уровня компетенции педагогов в работе с детьми с ОВЗ.

Программа обучения направлена на развитие навыков и компетенций, необходимых для успешной работы с детьми с ОВЗ. В рамках программы педагоги получают новейшие знания в области педагогики, психологии, анатомии, адаптивной физической культуры и спорта, ознакомятся с технологиями и методиками работы с детьми с ОВЗ, научатся адаптировать образовательный процесс в соответствии с индивидуальными потребностями таких детей.

Цель программы заключается в обучении педагогов методикам работы с детьми с ОВЗ, включая формирование участникам навыков и знаний в индивидуальном обучении, разработке и применении индивидуальных программ обучения, а также взаимодействия с родителями и специалистами, работающими с детьми с разными ограничениями здоровья.

В рамках освоения программы профессиональной переподготовки обучающиеся готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- сопровождения;
- культурно-просветительский;
- организационно-управленческий;
- методический;
- проектный;
- педагогический;

Обучающиеся по программе готовятся к решению следующих задач профессиональной деятельности:

1) сопровождения

составление индивидуальных программ, планирующей, отчетной и других видах документации;

осуществление методического сопровождения разработки и реализации программ (образовательных, программ сопровождения либо реабилитации).

2) культурно-просветительский

изучение и формирование потребностей детей и взрослых в культурно-просветительской деятельности;

организация культурного пространства;

разработка и реализация культурно-просветительских программ для различных социальных групп.

3) организационно-управленческий

особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений;

4) методический

обеспечение образовательной деятельности с учетом особых образовательных потребностей;

организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами, родителями (законными представителями) обучающихся, участие в самоуправлении и управлении школьным коллективом для решения задач профессиональной деятельности;

формирование образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с применением информационных технологий;

моделирование индивидуальных маршрутов обучения, воспитания и развития обучающихся, а также собственного образовательного маршрута и профессиональной карьеры;

5) проектный

проектирование содержания образовательных программ и их элементов с учетом особенностей образовательного процесса, задач воспитания и развития личности через преподаваемые учебные предметы;

проектирование индивидуальных маршрутов обучения, воспитания и развития обучающихся;

проектирование собственного образовательного маршрута и профессиональной карьеры.

6) педагогический

обучение и воспитание в сфере образования в соответствии с требованиями образовательных стандартов;

формирование образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с применением информационных технологий / использование возможностей образовательной среды для обеспечения качества образования; использование технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметных областей; постановка и решение профессиональных задач в области образования и науки; использование в профессиональной деятельности методов научного исследования; сбор, анализ, систематизация и использование информации по актуальным проблемам образования и науки; обеспечение охраны жизни и здоровья учащихся во время образовательного процесса.

Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования);

03 Социальное обслуживание (в сфере социального обслуживания и социального обеспечения);

05 Физическая культура и спорт.

Перечень основных объектов (или областей знания) профессиональной деятельности выпускников:

обучение;

воспитание;

развитие;
образовательные системы;
образовательные программы, в том числе индивидуальные, адаптированные.

3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы.

3.1. К освоению Программы допускаются: лица, имеющие высшее (высшее профессиональное), среднее профессиональное образование; лица, получающие высшее или среднее профессиональное образование.

При условии, что они получают дипломы о первичном образовании в период прохождения обучения по Программе. Кандидаты на зачисление на обучение по данной Программе документально подтверждают свой уровень образования, предоставляя копии и предъявляя документы об образовании государственного или установленного образца.

3.2. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы: владение навыками пользования персональным компьютером или мобильным устройством для выхода в сеть Интернет, информационно-коммуникационными технологиями для взаимодействия в Сети, в том числе офисными приложениями, аналогичными интернет ресурсами и сервисами для онлайн-работы.

3.3. Категория слушателей:

Код по ОКЗ	Наименование
2357	Преподаватели по программам дополнительного обучения
2358	Тренеры и инструкторы-методисты по физической культуре и спорту
3330	Специалисты по обучению, не вошедшие в другие группы

4. Планируемые результаты обучения

Результаты освоения Программы определяются приобретаемыми выпускником компетенциями, т.е. его способностью применять знания, умения, опыт и личностные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

В результате освоения Программы выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

Вид деятельности	Профессиональные компетенции, соответствующие видам деятельности
1	2
1. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья	ПК 1.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия. ПК 1.2. Мотивировать детей с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-оздоровительной деятельности. ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные занятия. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий. ПК 1.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой. ПК 1.6. Оформлять документацию, обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-оздоровительных занятий и функционирование мест занятий физической культурой.
2. Методическое обеспечение организации физкультурной деятельности с детьми с ограниченными	ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации физкультурно-оздоровительного процесса. ПК 2.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья.

возможностями здоровья	
3. Умение обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры	<p>ПК 3.1. Применять знания, умения и личностные качества по организации и проведению обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры с использованием уже проверенных на практике методик.</p> <p>ПК 3.2. Организовывать и проводить в доступных формах обучение двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья в области адаптивной физической культуры.</p>
4. Знание закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья	<p>ПК 4.1. Выбирать адекватные средства и методы двигательной деятельности оптимально воздействующие на временно утраченные функции организма человека.</p> <p>ПК 4.2. Анализировать полученную информацию и состоянии здоровья занимающихся.</p> <p>ПК 4.3. Применять различные методы контроля за функциональным состоянием.</p>

5. Условия реализации программы

Форма обучения - очная, с использованием дистанционных образовательных технологий, которая сочетает контактную работу обучающихся с преподавателем (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий), включает в себя занятия лекционного типа, групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, а также занятия практического характера в условиях бассейна.

Общий объем учебной работы: нормативная трудоемкость обучения по Программе составляет 72 часа, включая все виды аудиторной, внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя, а также прохождения стажировки в бассейне или 36 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Обучение по Программе осуществляется одновременно (без разрывов), в порядке, определенном образовательной программой на основе договоров об обучении. Форма обучения и конкретные сроки освоения Программы определяются с учётом расписания курсов и указываются в договоре об обучении.

При использовании дистанционных образовательных технологий (онлайн-вебинаров) занятия с онлайн-трансляцией (онлайн-вебинары) проводятся по рабочим дням с 10:00 до 17:30 по местному времени.

Предоставление прав и реквизитов удалённого доступа обучающихся к их «личным кабинетам» и назначенным им курсам и тестам целесообразно осуществлять на весь период обучения по Программе. Контроль за прохождением этапов обучения слушателей должен вестись как лицами, ответственными за СДО и обеспечение проведения занятий с применением дистанционных технологий, и преподавателями, ведущими занятия, так и специалистами, отвечающими за договоры об обучении конкретных слушателей.

6. Форма аттестации и оценочные материалы

6.1. Оценка качества освоения Программы

Система оценки качества освоения Программы включает текущий контроль успеваемости (контроль посещаемости и активности на занятиях, опросы в начале очередного учебного дня, контроль выполнения практических и лабораторных работ), промежуточные по завершении освоения каждой учебной дисциплины (модуля, курса) Программы и итоговую аттестацию обучающихся.

Освоение каждой дисциплины (модуля, курса) Программы завершается зачетом (без оценки) в форме теста, который подразумевает ответы на контрольные вопросы по материалу курса. Зачет проводится с использованием электронной системы тестирования (основной вариант) или в бумажной форме (резервный вариант). Зачет принимает преподаватель, ведущий занятия по данной дисциплине.

Если краткосрочная программа повышения квалификации состоит только из одной учебной дисциплины (курса, модуля), то для неё промежуточная аттестация по дисциплине (курсу, модулю) является одновременно и итоговой по Программе.

Для каждого теста разработана система оценки, параметрами которой являются количество вопросов, их сложность, полнота ответа на вопрос. По результатам ответа на вопрос испытуемому присваивается определенное системой оценки количество баллов.

Итоговое решение о прохождении теста принимается на основании превышения суммарно набранного количества баллов по всем вопросам над определенным системой оценки пороговым значением.

При использовании средств электронного тестирования, тесты для промежуточной аттестации по каждой учебной дисциплине (модулю, курсу) содержат от 8 до 30 вопросов. К каждому вопросу предлагается до четырёх вариантов ответов. Проходной балл зачёта 2/3 правильных ответов.

Итоговая аттестация слушателей проводится в форме тестирования (обычно в электронном виде) по основным темам изученных дисциплин (модулей, курсов).

Тест итоговой аттестации для каждого слушателя формируется индивидуально и содержит до 40 вопросов, выбираемых системой случайным образом из пула в 120 вопросов, сформированного из тестовых вопросов изучаемых дисциплин (модулей, курсов). Проходной балл зачёта 2/3 правильных ответов.

На прохождение теста отводится 1 час. По результатам успешного тестирования и собеседования по каждому слушателю оформляется отдельное решение о прохождении (не прохождении) итоговой аттестации.

В случае неуспешной попытки сдачи итогового теста, слушателю предоставляется время на самоподготовку и возможность повторно пройти тестирование.

Лицам, успешно освоившим Программу повышения квалификации, выполнившим все требования учебного плана и прошедшим итоговую аттестацию, выдается Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Слушателям, не прошедшим итоговой аттестации или показавшим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также слушателям, освоившим лишь часть Программы и/или отчисленным из организации, выдается справка об обучении (а также Свидетельства о прохождении обучения по отдельным модулям (курсам) Программы).

При освоении Программы слушателем параллельно с получением высшего образования Удостоверение о повышении квалификации выдаётся ему после получения соответствующего документа об основном образовании и о квалификации.

6.2. Оценочные материалы

Оценочные материалы по Программе включают наборы тестовых вопросов, используемые для контроля усвоения материала при проведении промежуточных аттестаций по каждой учебной дисциплине (курсу, модулю), а также скомпонованный из них пул тестов итоговой аттестации, реализуемые в рамках системы дистанционного тестирования на базе сервера управления обучением и тестированием колледжа.

Основные вопросы, включаемые в оценочные материалы промежуточных аттестаций приведены в соответствующих Рабочих программах по данным дисциплинам (модулям, курсам).

7. Организационно-педагогические условия

7.1. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой

дисциплины. К образовательному процессу могут быть привлечены преподаватели из числа специалистов профильных организаций и учреждений.

7.2. Организационное обеспечение программы

Образовательная организация располагает необходимой материально-технической базой, включая аудитории, мультимедийную аппаратуру, оргтехнику, копировальные аппараты. Материальная база соответствует санитарным и техническим нормам и правилам и обеспечивает проведение всех видов подготовки слушателей, предусмотренных учебным планом реализуемой дополнительной профессиональной программы. Обучение проводится с применением дистанционных образовательных технологий.

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационной образовательной среде, содержащей необходимые электронные образовательные ресурсы, перечисленные в модулях дополнительной профессиональной программы. Материалы для обучения размещены в электронной образовательной системе образовательной организации. Обучение осуществляется в Личном кабинете слушателя, доступ к которому производится по индивидуальному логину, получаемому слушателем после заключения договора на оказание образовательных услуг. В Личном кабинете обучение осуществляется посредством прохождения слушателем электронных учебных занятий различных видов. Виды и количество электронных учебных занятий по каждому разделу данной образовательной программы указаны в учебно-тематическом плане. Слушатель получает возможность получения консультаций преподавателя посредством заочного общения через электронную почту, а также онлайн консультаций. Большое внимание должно уделено практическим занятиям. Под практическими занятиями, указанными в учебном плане подразумевается стажировка в бассейне и самостоятельная работа слушателя, которую он выполняет по заданию куратора курса в offline режиме. Система позволяет осуществлять текущий контроль посредством контроля посещения слушателем личного кабинета и представленных модулей, промежуточный контроль осуществляется посредством проведения тестирования.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: самостоятельное изучение материала, лекции, практические занятия, и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом. Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

В качестве текущего контроля предусмотрены тестовые задания, своевременное выполнение заданий для самостоятельной работы, участие в лекционных и практических занятиях, проводимых в очном и заочном режиме.

8. Учебный план программы

8.1. Форма обучения – очно-заочная.

8.2. Продолжительность обучения: 72 часа, без прохождения стажировки в бассейне - 36 часов.

8.3. Режим занятий: 6 часов учебных занятий в день.

8.4. План учебного процесса

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего, час.	Виды учебных занятий			Формы контроля
			Лекции	Самостоятельная работа	Практико-ориентированные занятия	
	Модуль 1. Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы организации занятий с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья					
1	Психолого-педагогические	6	4	2		

	особенности детей с ОВЗ					
2	Анатомия и физиология с основами биохимии	8	6	2		Тестовые задания
3	Базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры.	8	4	4		Тестовые задания
4	Методика адаптивной физической культуры детей с ОВЗ.	8	4	4		
5	Методика адаптивной физической культуры для детей с ДЦП.	5	2	3		
	Итоговая аттестация	1				Итоговое тестирование
	ИТОГО по одному модулю	36				
	Модуль 2. Инновационные технологии в АФК.	35	1		34	Выполнение практических заданий
	Итоговая аттестация	1				Итоговое тестирование
	ИТОГО по двум модулям	72				

9. Календарный учебный график

Срок обучения – 2 недели.

Продолжительность академического часа соответствует нормативным требованиям (45 мин).

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего, час.	1 неделя (36 часов, 6 часов в день)							2 неделя (36 часов, 6 часов в день)						
1	Модуль 1. Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы организации занятий с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья	35	6	6	6	6	6	5								
2	Итоговая аттестация	1						1								1
3	ИТОГО	36														
4	Модуль 2. Инновационные технологии в АФК	35							6	6	6	6	6	6	5	
5	Итоговая аттестация	1													1	
6	ИТОГО	72	1 неделя (36 часов, 6 часов в день)							2 неделя (36 часов, 6 часов в день)						

10. Рабочая программа учебной дисциплины

Модуль 1. Современные физкультурно-оздоровительные технологии и методы организации занятий с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья

1. Психолого-педагогические особенности детей с ОВЗ.

Тема 1. Психолого-педагогическая характеристика детей с ОВЗ. Классификации В. А. Лапшина, Б. П. Пузанова (дети с нарушениями слуха (глухие, слабослышащие), дети с нарушениями зрения (слепые, слабовидящие); дети с нарушениями речи; дети с нарушениями интеллекта (умственно отсталые дети); дети с задержкой психического развития (ЗПР); дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП); дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы; дети с множественными нарушениями (сочетание 2-х или 3-х нарушений)).

Тема 2. Педагогические и психологические закономерности дизонтогенеза. Понятие о «норме» и «отклонении». Этиология и патогенез отклоняющегося развития. Структура нарушенного развития. Первичные и вторичные отклонения в развитии. Общие и специфические закономерности отклоняющегося развития. Классификация основных видов дизонтогенеза.

Тема 3. Теоретические основы обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями. Цель, задачи и принципы коррекционно-развивающего обучения. Сущность и содержание коррекционно-развивающего обучения. Методы обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья. Формы организации обучения. Основные направления психолого-педагогической коррекции.

Тема 4. Организация обучения детей с психическим развитием по типу ретардации (умственная отсталость, ЗПР). Умственная отсталость: понятие, классификация, особенности психического развития детей. ЗПР: понятие, классификация, особенности психического развития детей. Особые образовательные потребности детей с умственной отсталостью и ЗПР. Особенности организация коррекционно-развивающего обучения детей с умственной отсталостью и ЗПР. Дифференциальная диагностика умственной отсталости и ЗПР.

Тема 5. Организация обучения детей с психическим развитием по дефицитарному типу (нарушение слуха, нарушение зрения, нарушение функций опорно-двигательного аппарата, нарушение речи). Нарушение слуха: понятие, классификация, особенности психического развития детей. Особые образовательные потребности детей с нарушением слуха. Нарушение зрения: понятие, классификация, особенности психического развития детей. Особые образовательные потребности детей с нарушением зрения. Нарушения опорно-двигательного аппарата (НОДА). Структура двигательного дефекта. Детский церебральный паралич: классификация параличей, особенности психического развития детей с ДЦП. Особые образовательные потребности детей с НОДА. Нарушение речи, классификация речевых нарушений у детей. Особенности психического развития детей с нарушением речи. Особые образовательные потребности детей с нарушениями речи.

Тема 6. Психолого-педагогическая поддержка субъектов инклюзивного образования. Психолого-педагогическая поддержка родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья, в условиях инклюзивного образования. Психолого-педагогическое сопровождение педагогов, участвующих в образовательном процессе детей с ограниченными возможностями здоровья.

2. Анатомия и физиология с основами биохимии.

Тема 1. Основные анатомические термины и понятия. Опорно-двигательный аппарат человека. Отделы скелета, возрастные особенности костей. Виды соединений костей. Суставы. Классификация и строение скелетных мышц.

Тема 2. Анатомия органов пищеварения. Трубоччатые и паренхиматозные органы. ЖКТ и пищеварительные железы. Анатомия органов дыхания. Воздухоносные пути, легкие. Анатомия мочеполового аппарата. Почки, мочевыводящие пути. Топография внутренних органов, их проекция на поверхность тела. Анатомия сердечнососудистой системы. Виды кровеносных сосудов. Сердце. Лимфатическая система.

Тема 3 Анатомия нервной системы. Центральная нервная система (спинной и головной мозг). Периферическая нервная система (черепно-мозговые и спинномозговые нервы). Вегетативная нервная система.

Тема 4. Анатомия эндокринной системы. Понятие «гормон». Характеристика желез внутренней секреции: положение, выделяемые гормоны, их действие. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, осязательная, мышечно-суставная, обонятельная и вкусовая. Их отделы (периферический, проводниковый и центральный).

Тема 5. Физиология мышц. Нервно-мышечный аппарат. Двигательные единицы (ДЕ), функциональные свойства. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Композитный состав мышц. Структура и иннервация мышц. Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Регуляция силы сокращения мышцы. Зависимость функциональных свойств мышцы от состава входящих в неё ДЕ. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость.

Включение различных типов ДЕ при разных режимах сокращения мышц. Управление мышечным тонусом, напряжением мышцы, мышцами-антагонистами. Режимы мышечных сокращений. Типы мышечных сокращений.

Тема 6. Физиология кардио-респираторной системы. Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Физиология сердца. Функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Метаболизм и кровоснабжение сердца. Сердечный цикл. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий. Основные физиологические показатели работы сердца, возрастные и половые особенности. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие. Сосудистое сопротивление кровотоку, объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по венам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Основные показатели гемодинамики при динамической и статической работе мышц. Перераспределение кровотока при мышечной деятельности.

Тема 7. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения. Легочные объемы и емкости, половые особенности. Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Потребление кислорода (ПО₂). Легочная вентиляция и ее компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Понятие о газовом гомеостазе организма. Роль коры больших полушарий в регуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе.

3. Базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры.

Тема 1. Медико-физиологические и психологические предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры. Характеристика типичных нарушений у инвалидов разных нозологических групп.

Тема 2. Двигательная сфера детей с нарушениями в развитии. Факторы, влияющие на состояние двигательной сферы детей. Тяжесть и структура основного дефекта и его влияние на уровень построения движений. Раннее начало двигательной активности. Особенности психического развития.

Тема 3. Коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий — основа частных методик адаптивной физической культуры. Педагогические воздействия направлены на преодоление и ослабление физических и психических недостатков детей аномального развития, активное развитие их психических процессов, физических способностей и нравственных качеств. Группы коррекционно-развивающих направлений АФК: 1) коррекция основных движений в ходьбе, беге, плавании, метании, прыжках, передвижении на лыжах, упражнениях с предметом и др.; 2) коррекция и развитие координационных способностей; 3) коррекция и развитие физической подготовленности, 4) коррекция и профилактика соматических нарушений, 5) профилактика, коррекция и развитие психических и сенсорно-Цтерцептивных способностей; 6) развитие познавательной деятельности; 7) формирование личности ребенка

Тема 4. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии. Единство диагностики и коррекции, индивидуальный подход и компенсаторная направленность педагогических воздействий, принцип оптимальности педагогических воздействий, принцип вариативности педагогических воздействий, принцип приоритетной роли микросоциума.

Тема 5. Формы организации адаптивной физической культуры с детьми. В зависимости от целей, задач и программного содержания уроки подразделяются на уроки образовательной, коррекционно-развивающей, оздоровительной, лечебной и спортивной направленности.

4. Методика адаптивной физической культуры детей с ОВЗ.

Тема 1. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения. Характеристика основных зрительных функций. Характеристика основных глазных заболеваний, наиболее часто встречающиеся у детей школьного возраста. Особенности физического и психического развития детей со зрительной депривацией. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения.

Тема 2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушениями слуха. Основные причины нарушений слуха. Психофизические и двигательные особенности

слабослышащих детей дошкольного и школьного возраста. Взаимосвязь основных движений глухого ребенка (бега, прыжков, метания) с развитием координационных способностей.

Тема 3. Методика адаптивной физической культуры для детей с интеллектуальными нарушениями. Понятие, причины и формы умственной отсталости у детей. Особенности психического и физического развития детей с интеллектуальными нарушениями. Особенности развития двигательных способностей детей с интеллектуальными нарушениями. Основные и специфические задачи адаптивного физического воспитания детей с интеллектуальными нарушениями.

Тема 4. Методика адаптивной физической культуры для детей с задержкой психического и речевого развития. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с ЗПР.

Тема 5. Методика АВФ детей дошкольного возраста с ЗПР. Методика АВФ детей младшего школьного возраста с ЗПР. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с нарушениями речи.

5. Методика адаптивной физической культуры для детей с ДЦП.

Тема 1. Основные формы ДЦП, прогноз развития ребенка при различных формах. Сопутствующие и вторичные нарушения при ДЦП. Наиболее часто встречающиеся нарушения речи. Гиперкинезы, позотонические рефлексy у детей с ДЦП.

Тема 2. Методики развития двигательных способностей детей с ДЦП. Особенности двигательной реабилитации детей с ДЦП. Нетрадиционные формы занятий физическими упражнениями детей с ДЦП.

Тема 3. Особенности построения и содержания коррекционных занятий лечебной физической культурой у детей с детским церебральным параличом.

Модуль 2. Инновационные технологии в АФК

Тема 1. Классификация инновации в адаптивной физической культуре в зависимости от вида спорта и области знаний (инновации адаптивной физической культуры, педагогические инновации, инновации в психологии, медицине, биологии, экономике, юриспруденции).

Тема 2. Классификация инноваций в адаптивной физической культуре по секторам адаптивного физического воспитания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья: инновации для лиц с нарушением слуха; инновации для лиц с нарушением зрения; инновации для лиц с нарушениями психического и интеллектуального развития; инновации для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата; инновации для лиц с соматическими заболеваниями (специальные медицинские группы).

Тема 3. Методики организации занятий по плаванию с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

Тема 4. Обучение координации и передвижению в воде видами ее взаимодействия с твердыми телами. Координация положения тела в воде (горизонтально, вертикально, на животе, на спине, на боку). Основы перемещения в воде, основные и вспомогательные движения рук и ног, отталкивания от бортов бассейна.

Тема 5. Обучение погружению под воду и правильному дыханию. Обучение технике дыхания. Формирование и закрепление устойчивого навыка правильного регулярного дыхания.

Тема 6. Отталкивание от бортика и скольжение на груди с опорой. Работа ног кролем на груди. Согласование дыхания и движений ногами. Работа ног кролем на спине с опорой и без опоры.

Тема 7. Частные методики обучения плаванию детей с ОВЗ.

7 Список литературы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (глава 2 ст. 11, глава 10 ст. 75, 76) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html>.
2. Письмо Минобразования России от 31.10.2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ (ред. От 03.11.2015) «О физической культуре и спорте в РФ - <https://baza.nra.ru/gd-rg-zakon-n329-fz-ot04122007-h1121935/> - Режим доступа:
4. Федеральный закон от 27 июля 2006г. №152-ФЗ «О персональных данных» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rg.ru/2006/07/29/personaljnue-dannye-dok.html>.

5. ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ (утвержден Приказом от 19 декабря 2014г. № 1598) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sch538uz.mskobr.ru/files/2022/108/ФГОС%20НОО%20ОВЗ.pdf>.
6. Приказа Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» – Режим доступа: <https://base.garant.ru/70440506/>
7. Адаптивное плавание: учебник для вузов / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 366 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18621-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545181>.
8. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 181 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16755-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539702>.
9. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8.
10. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт: учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 159 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17065-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537237>
11. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08973-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541029>.
12. Полиевский С. А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник / С. А. Полиевский. - М.: Академия, 2014. - 270 с. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 267. - ISBN 978-5-4468-0135-0.
13. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 158 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539518> (дата обращения: 22.09.2024).
14. Солодков, А. С. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная: учеб. для вузов физ. Культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2012. – 620 с.
15. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта: учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543971> (дата обращения: 22.09.2024).
16. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека: учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537673>.

ВОПРОСЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Фамилия, Имя, Отчество

специалиста _____

1. Какие виды

адаптивной физической культуры Вам известны?

- А. Адаптивный спорт
- Б. Адаптивная двигательная рекреация
- В. Физическое воспитание в специальных медицинских группах образовательных учреждений
- Г. Художественно-музыкальные виды двигательной активности
- Д. Неэкстремальные виды двигательной деятельности.

2. Назовите важнейшие педагогические функции АФК:

- А. Учебно-познавательная
- Б. Развивающая
- В. Коррекционная
- Г. Воспитательная
- Д. Компенсаторная
- Е. Рекреативно-оздоровительная,
- Ж. Оздоровительно-восстановительная,

3. Лечебно-восстановительная,

- И. Профилактическая,
- К. Самореабилитационная

3. Что означает принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми-инвалидами?

- А. Формирование групп из детей примерно одного возраста.
- Б. Формирование групп из детей, ориентируясь на клинику основного дефекта.
- В. Формирование групп из детей сходных по показателям соматического развития.
- Г. Формирование групп из детей, имеющих качественные и количественные характеристики двигательной деятельности.

Варианты ответов: 1) правильно А+Б+В+Г

2). Правильно А+Б+В

3). Правильно Г

4). Правильно А +Г

4. В чем состоит принцип компенсаторной направленности педагогических воздействий специалиста АФК?

- А. В возмещении недоразвитых, нарушенных или утраченных функций.
- Б. В перестройке или усиленном использовании сохранных функций и формировании «обходных путей».
- В. В стимулировании компенсаторных процессов в поврежденных органах и системах за счет активизации сохранных функций и создании устойчивой и долговременной компенсации.

Варианты ответов: 1) Правильно А +Б

2). Правильно В

3). Правильно А +Б+В

5. Какие двигательные расстройства являются наиболее типичными и характерными для всех детей с ОВЗ?

- А. Вынужденное снижение двигательной активности, сокращение объема и интенсивности двигательной деятельности, снижение энергетических затрат.
- Б. Ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты и мощности движений, выносливости, ловкости, подвижности в суставах.
- В. Нарушение координационных способностей, которые негативно отражаются на качестве движений, необходимых в учебной, трудовой, бытовой деятельности.
- Г. Низкий уровень развития физических качеств, нарушение координационных способностей, нарушение осанки, деформация стоп, гипокинезия.

6. Назовите основное положение теории обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

- А. Создание оптимальных условий выполнения осваиваемых движений за счет разнообразных средств, обеспечивающих полную безопасность занимающихся.
- Б. Создание правильного образа двигательного действия, построенного на основе количественного и качественного анализа структуры движения.
- В. Создание специальных, искусственных условий за счет широкого применения помощи и технических средств; определение «эталонной» техники действия.
- Г. Создание необходимых условий выполнения осваиваемых движений за счет технологий, компенсирующих недостаточную подготовленность занимающихся.

7. Какие функции адаптивного физического воспитания детей с ОВЗ всех возрастных категорий являются ведущими?

- А. Образовательная, развивающая, социализирующая, коммуникативная, воспитательная.
- Б. Воспитательная, ценностно-ориентационная, гуманистическая, развивающая, профилактическая.
- В. Коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, развивающая, воспитательная.
- Г. Развивающая, профессионально-подготовительная, интегративная, воспитательная, коррекционно-компенсаторная.

8. В каких формах осуществляется адаптивное физическое воспитание?

- А. Внеклассные занятия в секциях, соревнования.
- Б. Уроки физической культуры, уроки ритмики, физкультминутки.
- В. Тренировочные занятия, прогулки и экскурсии, дни здоровья.
- Г. Уроки ЛФК в школе, физкультурные праздники, конкурсы.

9. Интеграция в общество детей с ограниченными возможностями здоровья включает:

- А. Развитие профессионально важных умений, физических и психических способностей, поощрение склонностей и интересов ребенка.
- Б. Формирование знаний, двигательных умений, физических качеств и способностей для создания предпосылок к полноценной самостоятельной жизни.
- В. Освоение всех ценностей физической культуры, способствующих созданию условий равной личности, свободы самопроявления и самореализации.
- Г. Воздействие общества и социальной среды на личность ребенка, активное участие в данном процессе самого ребенка, совершенствование самого общества.

10. Какая организация является в России ведущей структурной единицей по непосредственной практической работе в области адаптивного спорта?

- А. Физкультурно-спортивный клуб инвалидов.
- Б. Федерация по видам адаптивного спорта.
- В. Всероссийское общество инвалидов.
- Г. Паралимпийский комитет России

11. Дайте характеристику особенностей восприятия внешнего мира у слабовидящих детей

- А. Нарушена целостность восприятия
- Б. Доминирует зрительно-двигательно-слуховое восприятие
- В. Доминирует осязательно-двигательное восприятие

Перечислите все правильные варианты ответов.

12. Занятия, каким видом спорта противопоказаны детям с нарушениями зрения?

- А. Спортивная гимнастика, акробатика.
- Б. Бег.
- В. Прыжки в воду.
- Г. Плавание.
- Д. Теннис

- Варианты ответов:
- 1) Правильно А
 - 2). Правильно Б
 - 3). Правильно В
 - 4). Правильно Г
 - 5). Правильно Д

Перечислите все правильные варианты.

13. Какое из приведенных ниже утверждений верно:

- А). При наличии сходящегося косоглазия полезны упражнения, предусматривающие броски мяча вверх,
при расходящемся — вниз.
Б). При наличии сходящегося косоглазия полезны упражнения, предусматривающие броски мяча вниз,
при расходящемся — вверх.

Варианты ответов: 1) Правильно А
2). Правильно Б

14. В чем проявляются нарушения двигательной сферы у детей с нарушениями слуха?

- А) в отставании от нормы показателей силы основных мышечных групп туловища и рук
Б) в трудностях сохранения статического и динамического равновесия
В) в недостаточно точной координации и неуверенности движений,
Г) в замедленной скорости выполнения отдельных движений, темпа двигательной деятельности
Назовите все правильные варианты

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

- А). 7-8 лет
Б). 8-10 лет
В). 10-12 лет
Г). 12-14 лет

16. Назовите главное целевое назначение упражнения «прыжки в длину» у слабослышащих детей.

- А. Тренировка скоростных качеств
Б. Тренировка мышечной силы
В. Тренировка выносливости
Г. Дифференцирование пространственных и ритмических параметров
Д. Развитие координации

17. Назовите упражнения, направленные на коррекцию вестибулярной функции (все варианты).

- А. Упражнения с изменением площади опоры
Б. Упражнения с мячом
Г. Упражнения, выполняемые с закрытыми глазами
Д. Подскоки на батуте

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

- А. Насыщенность занятия двигательными играми
Б. Чередование различных игр и заданий на одном занятии
В. Четкое и краткое формулирование заданий для детей
Г. Подтверждение устных заданий наглядными приемами

19. Какие коррекционные упражнения не показаны детям с умственной отсталостью?

- А. Для коррекции ходьбы и бега
Б. Для коррекции прыжков
В. Для коррекции лазанья и перелезания
Г. Для коррекции расслабления
Д. Для коррекции осанки
Е. Для коррекции зрения
Ж. Для коррекции дыхания

Варианты ответов:

- 1). Все упражнения не показаны
- 2). Все упражнения показаны
- 3). Правильно В
- 4). Правильно В+Е +Ж
- 5). Правильно Г
- 6) Правильно Е
- 7) Правильно Ж

8). Правильно Е+Ж



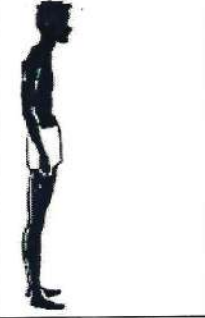
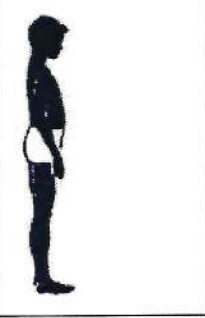
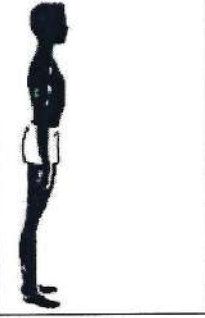
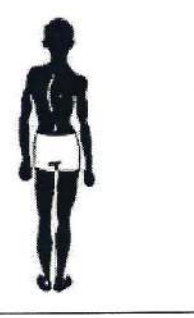
20. Выберите из приведенного ниже перечня только средства АФК, используемые для развития локомоторной функции у детей младшего школьного возраста с церебральным параличом

- А. Костюм «Адели»
- Б. Адаптивная гимнастика
- В. Массаж
- Г. Физиотерапия
- Д. Тренажеры БОС
- Е. Механотерпия
- Ж. Фитбол-гимнастика
- З. Эрготерапия
- К. Иглорефлексотерапия
- Л. Коррекционно-развивающие игры

22. Какие упражнения рекомендуется использовать для детей с логоневрозами на занятиях АФК?

- А. Дыхательные
- Б. С использованием речёвок
- В. Упражнения под хронометр
- Г. Скоростно-силовые упражнения
- Д. Упражнения на развитие внимания

23. Назовите правильно виды осанок в порядке нумерации фигурок на рисунке.

1.	2.	3.	4.	5.	6.
					
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					

24. Какие функции преимущественно развиваются у ребенка при проведении занятий в костюме «Адели»?

- А. Правильный стереотип ходьбы
- Б. Равновесие
- В. Проприоцептивный контроль
- Г. Мелкая моторика
- Д. Антигравитационная

25. Какие функции организма подлежат оценке при проведении диагностики на занятиях АФК?

- А. Речь
- Б. Коммуникативная сфера
- В. Эмоционально-волевая сфера
- Г. Зрение
- Д. Слух
- Е. Опорно-двигательный аппарат
- Ж. Интеллект

26. Каковы задачи адаптивного физического воспитания детей с ДЦП с возрасте от 3 до 5 лет?

- Варианты ответов:
- 1). Стимуляция звуковой и речевой активности
 - 2). Развитие манипулятивной функции и двигательных навыков
 - 3). Развитие речевого общения
 - 4). Развитие сенсорных функций
 - 5). Развитие психических процессов и речи.