

Утверждено
Советом БФ «Семья вместе»
протокол от «03» июля 2025 г.

Генеральный директор
БФ «Семья вместе»

Е.А. Мыслицкая



**Программа итоговой аттестации по
дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации
«Социальная адаптация и физическое развитие детей с ограниченными
возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры»**

Москва, 2025 г.

1. Цель реализации ДПП ПК:

Совершенствование профессиональных компетенций обучающихся в сфере социальной адаптации, образования и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры.

2. Область профессиональной деятельности:

Реабилитационная деятельность в социальной сфере, физкультурно-спортивная деятельность в социальной сфере, физкультурная деятельность в образовательной сфере, тренерская деятельность в спортивной сфере, преподавание адаптивной физической культуры, работа в спортивных секциях для детей с ограниченными возможностями здоровья, индивидуальная и групповая консультационная работа по адаптивной физической культуре.

3. Итоговая аттестация.

Итоговая аттестация осуществляется в форме зачета по результатам итогового тестирования. Итоговое тестирование представляет собой систему кратких заданий, позволяющую проводить процедуру автоматизированного измерения качества достижения целей обучения, уровня знаний и умений обучающихся. Итоговое тестирование осуществляет мониторинг знаний по всему изученному материалу.

Итоговое тестирование проводится с использованием ДОТ, ответы на вопросы осуществляются в форме выбора одного или нескольких ответов. Время проведения тестирования составляет 240 минут. Итоговое тестирование считается пройденным успешно, если слушатель ответил верно не менее, чем на 60% предложенных вопросов. Зачет осуществляется на основании результатов итогового тестирования. По результатам итоговой аттестации при положительном прохождении итогового тестирования выставляется оценка «зачтено».

Слушателям, успешно освоившим образовательную программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.

Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть дополнительной профессиональной программы и (или) отчисленным из БФ, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому БФ.

Документ о квалификации выдается на бланке, образец которого самостоятельно устанавливается БФ.

4. Трудовые функции согласно профессиональному стандарту

«Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»

наименование профессионального стандарта

Обобщенная трудовая функция должности	Код	Уровень квалификации
Деятельность по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта детей школьного возраста (далее - школьники) с ОВЗИ	В	6
Трудовые функции (наименование)	Код	Уровень

		(подуровень)
Планирование мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников с ОВЗИ с учетом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода	В/01.6	6
Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников с ОВЗИ	В/02.6	6

5. Планируемые результаты обучения

Код и наименование компетенции	Перечень планируемых результатов обучения	Соотнесение компетенций с трудовыми функциями
ПК-1 Способен планировать мероприятия (занятия) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта школьников с ОВЗИ с учетом современных концепций воспитания и инклюзивного подхода	Знать: - Противопоказания к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам для школьников с ОВЗИ – Программы адаптивного физического воспитания для отдельных образовательных организаций общего образования, в которых обучаются школьники с ОВЗИ; – Адаптированные программы физического воспитания для образовательных организаций общего образования, работающих со школьниками с ОВЗИ в инклюзивном формате; – Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам адаптивного спорта; – Теория и организация адаптивной физической культуры; – Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуры; – Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической	В/01.6

	культуре; – Методики разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для школьников с ОВЗИ; Уметь: - Использовать соответствующие возрастному и психофизиологическому развитию, сформированности умений и навыков школьника с ОВЗИ средства и методы адаптивной физической культуры для планирования мероприятий (занятий) – Использовать методики планирования адаптивного физического воспитания и (или) подготовки по виду адаптивного спорта школьников с ОВЗИ с учетом условий тренировочной, образовательной и воспитательной работы; – Использовать методики разработки инклюзивных программ физкультурно-спортивной направленности для школьников с ОВЗИ – Планировать занятия по программам физкультурно-спортивной направленности, программам воспитания и социализации в соответствии с календарным планом воспитательной работы и (или) с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам адаптивного спорта; – Использовать методы планирования работы с законными представителями школьников с ОВЗИ с учетом условий тренировочного, образовательного и воспитательного процессов.	
ПК-2 Способен проводить мероприятия (занятия) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду	Знать: - Теория и организация адаптивной физической культуры и периодизация спортивной подготовки в адаптивном спорте	В/02.6

адаптивного спорта школьников с ОВЗИ	– Гигиенические основы физического воспитания и спортивной тренировки; – Возрастные психологические особенности школьников с ОВЗИ; – Методики тестирования физической и функциональной подготовленности, сформированности двигательных навыков школьников с ОВЗИ; – Параметры и характеристики инвентаря и оборудования, в том числе технических средств и тренажеров, используемых для мероприятий (занятий) со школьниками с ОВЗИ; – Правила использования инвентаря, оборудования для мероприятий (занятий) со школьниками с ОВЗИ. Уметь: – Использовать методики тестирования физической и функциональной подготовленности, сформированности двигательных навыков школьников с ОВЗИ; - Подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для уменьшения ограничений жизнедеятельности школьников с ОВЗИ и формирования у них отсутствующих жизненно важных способностей и компетенций; – Использовать педагогические технологии проведения инклюзивных мероприятий (занятий); – Проводить мероприятия (занятия) в доступной форме, включая открытые и (или) дистанционные с применением соответствующих средств и сервисов – Оценивать комплектность и исправность инвентаря, оборудования и (или) технических средств реабилитации инвалида для проведения мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по виду адаптивного спорта школьников с ОВЗИ;	
---	--	--

	– Обучать физическим упражнениям школьников с ОВЗИ с опорой на дидактические принципы и современные концепции обучения двигательным действиям (теория поэтапного формирования действий, теория формирования двигательных действий с заданным результатом); – Определять физическую нагрузку и методы воздействия на организм школьника с ОВЗИ с учетом нарушенных функций организма и ограничения жизнедеятельности, функциональных возможностей и психофизиологических особенностей; – Прогнозировать и выделять возможные ситуации риска и лимитирующие обстоятельства при применении средств и методов адаптивной физической культуры и спорта для школьников с ОВЗИ.	
--	--	--

6. Содержание ДПП ПК

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Виды учебных занятий	Содержание
	Теоретико-методические основы адаптивной физической культуры и спорта.	Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Этика общения с людьми с инвалидностью. Видеоряд приемов отработки навыков взаимодействия с людьми с инвалидностью
		Самостоятельная работа № 1 (3 часа)	Самостоятельная работа: Изучение документов государственных органов управления и общественных организаций и документов по теоретико-методическим основам адаптивной физической культуры и спорта. Характеристика основных видов адаптивной физической культуры. Роль, функции, принципы адаптивной физической культуры. Средства и методы адаптивной физической культуры.
	Формы, средства и методы социальной адаптации и физического развития в адаптивной физической культуре и спорте	Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Особенности использования спортивного инвентаря в организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Техника безопасности при организации занятий. Видеоряд практических занятий по отработке умений использования спортивного инвентаря в организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Виды учебных занятий	Содержание
			ограниченными возможностями здоровья, тренировки умения страховки при выполнении физических упражнений
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой на развитие внимания у детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведения подвижных игр на развитие внимания у детей с ограниченными возможностями здоровья
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой на развитие коммуникативных навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр на развитие коммуникативных навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Организация и проведение занятий адаптивной физической культурой в домашних условиях с использованием спортивного инвентаря. Видеоряд практических занятий по использованию спортивного инвентаря при проведении занятий адаптивной физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья в домашних условиях
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Организация и проведение занятий адаптивной физической культурой в домашних условиях без использования спортивного инвентаря. Видеоряд практических занятий в домашних условиях без использования спортивного инвентаря
		Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивным баскетболом для детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр, направленных на формирование и развитие у детей с ограниченными возможностями здоровья умений и навыков для игры в адаптивный баскетбол
		Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивным волейболом для детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр, направленных на формирование и развитие у детей

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Виды учебных занятий	Содержание
			с ограниченными возможностями здоровья умений и навыков для игры в адаптивный волейбол
		Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивным футболом для детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр, направленных на формирование и развитие у детей с ограниченными возможностями здоровья умений и навыков для игры в адаптивный футбол
		Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации и проведению спортивно-массовых мероприятий для детей с ограниченными возможностями здоровья. Видеоряд проведения спортивных и подвижных игр в спортивно-массовых мероприятиях для детей с ограниченными возможностями здоровья
	Особенности психофизического развития детей различных нозологических групп	Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с задержкой психического развития. Особенности психофизического развития детей с задержкой психического развития. Социальная адаптация и физическое развитие детей с задержкой психического развития. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению спортивных и подвижных игр, направленных на формирование адекватной двигательной базы у детей с задержкой психического развития
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с умственной отсталостью. Особенности психофизического развития детей с умственной отсталостью. Социальная адаптация и физическое развитие детей с умственной отсталостью. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению спортивных и подвижных игр, направленных на формирование адекватной двигательной базы у детей с умственной отсталостью
		Лекция с использованием презентационных материалов (1 час)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с синдромом Дауна. Особенности психофизического развития детей с синдромом Дауна. Социальная адаптация и физическое развитие детей с синдромом Дауна. Видеоряд практических занятий по отработке

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Виды учебных занятий	Содержание
			упражнений и проведению подвижных игр, направленных на формирование двигательной базы у детей с синдромом Дауна
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с нарушением зрения. Особенности психофизического развития детей с нарушением зрения. Социальная адаптация и физическое развитие детей с нарушением зрения. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению спортивных и подвижных игр, направленных на формирование адекватной двигательной базы у детей с нарушением зрения
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с нарушением слуха. Особенности психофизического развития детей с нарушением слуха. Социальная адаптация и физическое развитие детей с нарушением слуха. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению спортивных и подвижных игр, направленных на формирование адекватной двигательной базы у детей с нарушением слуха
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с детским церебральным параличом. Особенности психофизического развития детей с детским церебральным параличом. Социальная адаптация и физическое развитие детей с детским церебральным параличом. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр, направленных на формирование двигательной базы у детей с детским церебральным параличом
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с расстройствами аутистического спектра. Особенности психофизического развития детей с расстройствами аутистического спектра. Социальная адаптация, развитие физических и коммуникативных навыков детей с расстройствами аутистического спектра. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений и проведению подвижных игр, направленных на развитие

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Виды учебных занятий	Содержание
			физических и коммуникативных навыков детей с расстройствами аутистического спектра
		Лекция с использованием презентационных материалов (2 часа)	Лекция: Методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой с детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Особенности психофизического развития детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков у детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Видеоряд практических занятий по отработке упражнений, направленных на повышение двигательной активности детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития и по обучению использованию полученных навыков в повседневной жизни
	Итоговая аттестация	Зачет в виде теста (4 часа)	Зачет на основании результатов итогового тестирования

7. Итоговая аттестация осуществляется в форме зачета по результатам итогового тестирования.

№ п/п	Формируемые компетенции	Виды работ по итоговой аттестации	Трудоемкость, час
1.	ПК-1, ПК-2	Итоговое тестирование	4

Описание критериев, показателей и шкал оценивания

№ п/п	Оценка	Критерии оценивания
1.	Зачтено	Слушатель должен: - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу.
2.	Незачтено	Слушатель демонстрирует: - незнание значительной части программного материала;

		- не владение понятийным аппаратом дисциплины; - существенные ошибки при изложении учебного материала; - неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - неумение делать выводы по излагаемому материалу.
--	--	---

Шкала тестирования

№ п/п	Оценка	Критерии оценивания
1.	Зачтено	Количество верных ответов в интервале: 60-100%
2.	Незачтено	Количество верных ответов в интервале: 0-59%

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Нормативно-правовые документы:

1. Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован Минюстом России 03.02.2015, рег. № 35850)

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 7 февраля 2025 г. N 92 «Об утверждении стандартов предоставления инвалидам и детям-инвалидам услуг по физической реабилитации и абилитации с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта»

Основные электронные учебно-методические материалы:

1. Адаптивное физическое воспитание детей школьного возраста: учебно-методическое пособие. Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / — Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2016. — 116 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86980.html>

2. Дудьев, В. П. Психомоторика детей с ограниченными возможностями здоровья: учебное пособие / В. П. Дудьев. — Барнаул: Алтайский государственный педагогический университет, 2020. — 360 с. — ISBN 978-5-88210-960-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/102768.html>

3. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «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>

4. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 616 с.

— ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html>

5. Ростомашвили Л.Н. Педагогическая практика по специализации «Адаптивное физическое воспитание»: учебно-методическое пособие по подготовке, организации и проведению педагогической практики студентов по специализации «Адаптивное физическое воспитание» / Ростомашвили Л.Н. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2006. — 68 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/29986.html>

6. Ростомашвили Л.Н. Адаптивное физическое воспитание. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с тяжёлыми и множественными нарушениями в развитии: учебно-методическое пособие / Ростомашвили Л.Н., Креминская М.М. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2008. — 120 с. — ISBN 978-5-8179-0096-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/29964.html>

7. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88510.html>

8. Царик, А. В. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. — 5-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2018. — 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77242.html>

Дополнительные электронные учебно-методические материалы:

9. Акатова, А. А. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре: учебное пособие / А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. — 102 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70620.html>

10. Караулова Л.К. Физиологические основы адаптивной физической культуры : учебное пособие / Караулова Л.К., Расулов М.М. — Москва: Московский городской педагогический университет, 2010. — 68 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26642.html>

11. Мельникова Ю.А. Инклюзивное образование в физической культуре и спорте: учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / Мельникова Ю.А., Таламова И.Г., Стоцкая Е.С. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. — 149 с. — ISBN 978-5-91302-28-5. — Текст: электронный // Цифровой

образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/138862.html>

12. Налобина А.Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий: учебное пособие для СПО / Налобина А.Н., Федорова Т.Н. — Саратов, Москва: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 506 с. — ISBN 978-5-4488-1938-4, 978-5-4497-2828-9. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/138139.html>

13. Основы физической реабилитации: учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобина. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74272.html>

14. Рипа, М. Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть I: учебно-методическое пособие / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — Москва: Московский городской педагогический университет, 2013. — 288 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26508..html>

15. Здоровцева Н.А. История адаптивной физической культуры: учебное пособие / Здоровцева Н.А., Малышева М.В., Гриднева В.В. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. — 138 с. — ISBN 978-5-91930-259-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/148712.html>

16. Учебный алфавитно-тематический словарь по адаптивной физической культуре / составители Т. А. Федорова, М. Н. Исаков. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. — 152 с. — ISBN 978-5-85218-996-7. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86393.html>

17. Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами психологического развития: учебное пособие / — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 196 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95632.html>

18. Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста: учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 244 с. — ISBN 978-5-91930-151-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121238.html>

Интернет-ресурсы:

1. Конституция Российской Федерации
(http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/).
2. Конвенция о правах инвалидов (<https://storage.yandexcloud.net/lms-video/library/file/19acea5bce914e6d87dd4ffdeed81321.pdf>).
3. Федеральный закон от 03.05.2012 № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов» (<https://storage.yandexcloud.net/lms-video/library/file/312a45eb9f664aab9f68da95f11c10f2.pdf>).
4. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в РФ» (<https://storage.yandexcloud.net/lms-video/library/file/bc3a834a6fe845a79e659b5b048c531e.pdf>).
5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 7 февраля 2025 г. № 92 «Об утверждении стандартов предоставления инвалидам услуг по физической реабилитации и абилитации с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» (<https://storage.yandexcloud.net/lms-video/library/file/2dad24400ed74d3b9056febbe3d00dee.pdf>).

9. Материально-техническое обеспечение проведения ИА

При проведении ИА по ДПП ПК применяются дистанционные образовательные технологии. Для проведения ИА необходимы персональные компьютеры обучения для работы с презентационными материалами и документами с выходом в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», программное обеспечение для проведения видеоконференций, показа презентаций, со стороны слушателей – наличие доступа к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», оснащение оборудованием: веб-камерой, микрофоном, аудиоколонками и / или наушниками.

Функционирующий портал: сайт в сети «Интернет» Благотворительного фонда «Семья вместе» <https://semyavmeste.org/projects/adaptive-physical-education/>

Лицензионное программное обеспечение:

- Операционная система Microsoft Windows 11 Pro;
- Продукты Microsoft Office Home and Business 2021;
- ContentReader PDF 15 Business;
- Kaspersky Standard Russian Edition.

Поддержка веб-браузеров:

- Microsoft Edge;
- Google Chrome.

10. Условия для слушателей с ограниченными возможностями здоровья.

Для слушателей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов организуется ИА по ДПП ПК с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий слушателей и действующим законодательством.

8. Оценочные материалы.

Вопросы к итоговому тестированию.

1. **Адаптивная физическая культура представляет собой (выберите один ответ):**
 - (a) вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества. Это деятельность и ее социально и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, к жизни; оптимизации его состояния и развития в процессе комплексной реабилитации и социальной интеграции; это специфический процесс и результат человеческой деятельности, а также средства и способы совершенствования и гармонизации всех сторон и свойств индивида с отклонениями в состоянии здоровья (физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических, этических и других) с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов;
 - (b) комплекс мер коррекционно-развивающего характера, направленных на реабилитацию и социальную адаптацию людей с ОВЗ, через улучшение их эмоционального состояния, развитие двигательных способностей, координации, общей и мелкой моторики, мышления и речи;
 - (c) комплекс мер физкультурно-рекреационного характера, направленных на реабилитацию и социальную адаптацию людей с ОВЗ, через улучшение их эмоционального состояния, развитие двигательных способностей, координации, общей и мелкой моторики, мышления и речи;
 - (d) комплекс мер спортивно-развивающего характера, направленных на реабилитацию и социальную адаптацию людей с ОВЗ, через улучшение их эмоционального состояния, развитие двигательных способностей, координации, общей и мелкой моторики, мышления и речи;
2. **По Определению ВОЗ Инвалид – это человек, у которого возможности его личной жизнедеятельности в обществе ограничены из-за его (выберите один ответ):**
 - (a) физических, умственных, ментальных или психических отклонений;
 - (b) физических, умственных, сенсорных или психических отклонений;
 - (c) неврологических, интеллектуальных, сенсорных или психических отклонений;
 - (d) интеллектуальных, умственных, сенсорных или психических отклонений.
3. **Определите терминологию при взаимодействии с людьми с инвалидностью (выберите все правильные ответы):**
 - (a) человек с инвалидностью/люди с инвалидностью;
 - (b) человек с ограниченными возможностями здоровья;
 - (c) человек с дополнительными потребностями;
 - (d) маломобильные группы населения.
4. **Обозначьте общепринятые нормы взаимодействия с людьми с инвалидностью (выберите все правильные ответы):**

- (a) при знакомстве с инвалидом можно пожать ему руку, даже если у него протез;
- (b) при разговоре с инвалидом следует обращаться непосредственно к нему, а не к сопровождающему;
- (c) предлагайте помощь, и только получив положительный ответ, приступайте к её оказанию (спросив перед этим - как и что делать);
- (d) не переживайте, если помощь отвергнута;
- (e) не смущайтесь, если допустили оплошность
- (f) со взрослыми инвалидами нельзя фамильярничать.

5. Соблюдение техники безопасности при выполнении метаний/бросков (выберите все правильные ответы):

- (a) выполнять упражнения в шеренге, разомкнув детей на вытянутые руки, а если это невозможно, разделить детей по группам;
- (b) выполнять броски по группам, по очереди и по команде тренера;
- (c) исключить нахождение детей в зоне броска;
- (d) исключить движение за предметами без разрешения тренера;
- (e) исключить передачу предметов друг другу броском;
- (f) не стоять справа от бросающего, при броске левой рукой – слева;
- (g) исключить встречное метание.

6. Перечислите основные свойства внимания (выберите один ответ):

- (a) устойчивость, критичность, распределение, переключение, объём, избирательность;
- (b) устойчивость, синхронность, распределение, переключение, ответственность, избирательность;
- (c) устойчивость, концентрация, распределение, переключение, объём, избирательность;
- (d) устойчивость, концентрация, работоспособность, переключение, объём, регуляторные функции;
- (e) скорость реакции, концентрация, распределение, переключение, ответственность, избирательность;
- (f) устойчивость, концентрация, распределение, переключение, объём, регуляторные функции.

7. Игры, помогающие развитию коммуникативных навыков – это (выберите все правильные ответы):

- (a) подвижные игры, развивающие активность, инициативу ребёнка;
- (b) индивидуальные упражнения с лентой;
- (c) игры на развитие эмоций;
- (d) игры, направленные на формирование командного взаимодействия;
- (e) стереотипные игры с предметом.

8. Какие двигательные нарушения у детей с ЗПР являются составной частью основной проблемы развития (выберите все правильные ответы):

- (a) недостаточная ориентировка в частях собственного тела;

- (b) нарушение мелкой моторики, произвольной регуляции движений;
- (c) трудности развития зрения и слуха;
- (d) недостаточная координированность и нечеткость произвольных движений;
- (e) недостаточная способность к быстрой реакции, (сложно поддерживать максимальный темп движений);
- (f) недостаточная подвижность со стороны опорно-двигательного аппарата из-за спастичности мышц;
- (g) трудности сохранения равновесия.

9. Интеллектуальные нарушения (умственная отсталость) – это (выберите один правильный ответ):

- (a) нестойкое, обратимое нарушение познавательной деятельности, вызванное органическим тотальным поражением головного мозга, ведущее к социальной адаптации;
- (b) стойкое, необратимое нарушение познавательной деятельности, вызванное органическим тотальным поражением головного мозга, ведущее к социальной дезадаптации;
- (c) стойкое, необратимое нарушение психической деятельности, вызванное мозаичным поражением головного мозга, ведущее к социальной дезадаптации;
- (d) нестойкое, обратимое нарушение нервной деятельности, вызванное частичным поражением головного мозга, ведущее к социальной адаптации.

10. Обозначьте основные правила, которые необходимо соблюдать при организации физкультурно-оздоровительных занятий с детьми с интеллектуальной недостаточностью (выберите все правильные ответы):

- (a) речь педагога – для ребенка эталон, говорим внятно и правильно;
- (b) произношение должно быть четким, темп медленным;
- (c) манера общения доброжелательная, спокойная;
- (d) голос умеренно громкий, тон ровный и в меру эмоциональный;
- (e) подача инструкции последовательная;
- (f) необходимо избегать многоступенчатых инструкций;
- (g) крайне важно использовать принцип постепенного усложнения заданий;
- (h) использовать наглядное расписание

11. Выделите основные противопоказания, которые необходимо соблюдать при организации занятий с детьми с синдромом Дауна (выберите все правильные ответы):

- (a) исключить кувырки;
- (b) не рекомендована ходьба по гимнастической скамье;
- (c) с осторожностью применять висы, натуживания, поднятия тяжестей;
- (d) исключить броски мяча в обруч;
- (e) не рекомендовано участие в эстафетах.

12. Выделите основные правила техники безопасности при проведении занятий АФК с детьми с нарушениями зрения (выберите все правильные ответы):

- (a) осязательные ориентиры – светоотражающие полосы/тесьма;
- (b) звуковые ориентиры – звуковой источник устанавливать на уровне лица, два длинных свистка означают прекращение игры;
- (c) слуховые и тактильные ориентиры не должны менять свое расположение (ребенок запоминает их местоположение и ориентируется по ним, прикасаясь к ним).

13. Обозначьте требования к игровому инвентарю при работе с детьми с нарушением зрения (выберите все правильные ответы):

- (a) исправный;
- (b) резиновый;
- (c) безопасный;
- (d) звуковой;
- (e) контрастный;
- (f) только гладкий.

14. При организации занятий АФК с детьми с нарушениями зрения необходимо учитывать (выберите все правильные ответы):

- (a) состояние остроты зрения ребенка;
- (b) состояние зрительного дефекта (устойчивая или неустойчивая ремиссия);
- (c) наличие остаточного зрения;
- (d) наличие предыдущего сенсорного опыта;
- (e) уровень физической подготовленности, возрастные и индивидуальные возможности ребенка;
- (f) место и время проведения занятия;
- (g) показания и противопоказания врачей: офтальмолога, ортопеда, педиатра, психоневролога;
- (h) состояние и возможности сохранных анализаторов, нервной системы;
- (i) соблюдение полной тишины при ориентировке на звук;
- (j) источник звука должен быть установлен на уровне лица ребёнка;
- (k) детей со светочувствительностью не располагаем напротив солнца или яркого света;
- (l) используем тёмные очки при светобоязни.

15. Отметьте основные методические приёмы, которые необходимо использовать при проведении занятий АФК с детьми с нарушениями слуха (выберите все правильные ответы):

- (a) активно использовать метод сопряженного выполнения упражнений;
- (b) произносить инструкции громко и чётко, стоя в пол оборота к выполняющим упражнения;

- (с) применять альтернативные способы коммуникации (показ, использование жестов с проговариванием);
- (d) придерживаться правил и плана занятий;
- (e) последовательно формировать стереотип занятия АФК;
- (f) не следует использовать эмоциональную положительную оценку действий ребёнка;
- (g) соблюдение речевого режима (все игровые ситуации сопровождаются устной речью, некоторые важные слова и фразы фиксируются на табличках и «прочитываются» (проговариваются) в процессе игр, чередуем действия ребенка с собственным показом);
- (h) речевые инструкции не должны быть краткими, должны произноситься подчёркнуто медленно, содержать необходимую информацию.

16. Выберите ответ, который не относится к классификации К.А.Семёновой (выберите один ответ):

- (a) спастическая диплегия;
- (b) атактически-аспастический тетрапарез;
- (c) двойная гемиплегия;
- (d) гиперкинетическая форма;
- (e) гемипаретическая форма;
- (f) атонически-астатическая форма.

17. Какие упражнения необходимо выполнять при занятиях АФК с детьми с ДЦП (выберите все правильные ответы):

- (a) вставание и прямохождение (лучше в позе на коленях);
- (b) необходимо научить ребёнка удерживать равновесие в положении «стоя» на коленях у «шведской» стенки;
- (c) выполнение упражнений на тренировку поворотов туловища проводить не следует;
- (d) ползание на четвереньках (важно, чтобы опора ребёнка была на раскрытые кисти, а колени упирались в пол);
- (e) не следует отрабатывать реакции равновесия, перенося массу тела, опираясь то на одну руку или одну ногу, то на другую;
- (f) при выполнении упражнений особое внимание необходимо уделить удержанию головы в одном положении – на животе;
- (g) полезны упражнения на фитбольном мяче (с небольшим прокатыванием мяча вперёд-назад).

18. Какие виды наглядного расписания можно использовать при организации занятий АФК с детьми с расстройствами аутистического спектра (РАС) (выберите все правильные ответы).

- (a) расписание на доске (пробковой, магнитной) с использованием фотографий, картинок, рисунков, пиктограмм;
- (b) расписание на подвешенной к стене сумке с кармашками;
- (c) расписание в фотоальбоме;

(d) расписание, написанное в тетради (блокноте, альбоме);

(e) расписание на липучках.

19. Основная роль наглядного расписания для ребёнка с РАС (выберите один ответ):

(a) расписание мотивирует ребенка сделать что-то, что ему не нравится, потому что потом последует что-то приятное;

(b) составление расписания является приятным занятием для ребёнка;

(c) составление расписания развивает двигательные способности ребёнка с РАС.

20. С помощью составления и построения занятия АФК по наглядному расписанию с ребёнком с РАС можно достичь (выберите все правильные ответы):

(a) поведение ребёнка с РАС может стать более организованным и структурированным;

(b) визуальная поддержка помогает им понять, чего ожидать, что произойдет потом;

(c) детям, которые испытывают сложности с пониманием и выполнением речевых команд (не в состоянии выразить свои желания или потребности) поможет лучше понимать себя и окружающих;

(d) поможет понять последовательность действий, занятий;

(e) уменьшит беспокойство и страхи ребёнка;

(f) установит чёткие правила поведения;

(g) поможет взрослому завоевать доверие ребёнка;

(h) поможет понять, чего ожидать, и что случится дальше, а также снизить уровень тревоги.

21. Правила работы по наглядному расписанию. Отмечайте те позиции, которые не соответствуют правильным.

(a) заранее продумайте, какие упражнения Вы хотите предложить ребёнку;

(b) упражнений, карточек с позицией расписания, инвентаря должно быть как можно больше;

(c) большое количество не может напугать ребёнка;

(d) постоянно обращаем внимание ребёнка на фотографии инвентаря/игр;

(e) не следует убирать вместе с ребёнком карточку после выполнения упражнения;

(f) после адаптации к системе расписания, иногда можно давать ребёнку возможность самому управлять расписанием;

(g) расписание надо составить очень быстро, даже лучше без ребёнка с РАС;

(h) помните об индивидуальном подходе.

22. ТМНР – это (выберите один ответ):

(a) тяжелые ментальные нарушения развития;

(b) трудные ментальные нарушения развития;

(c) тяжелые множественные недоразвития речи;

(d) тяжелые множественные нарушения развития.

23. Выделите основные формы занятий АФК с детьми с ТМНР (выберите все правильные ответы):

- (a) индивидуальные занятия с тренером при сопровождении законного представителя с целью развития навыков продуктивного взаимодействия и адаптации;
- (b) индивидуальные занятия с тренером с целью развития двигательных способностей и физических качеств;
- (c) занятия в мини-группе (3-4 человека) в сопровождении тьютора/психолога/законного представителя с целью развития навыков работы в группе;
- (d) занятия в группе с целью развития двигательных способностей и навыков взаимодействия;
- (e) занятия в домашних условиях с целью развития двигательных способностей и физических качеств.

24. Определите игры, которые не развивают дыхание ребёнка (выберите все правильные ответы):

- (a) «Шаловливый ветер»;
- (b) «Ложки-прищепки»;
- (c) «Мыльные пузыри»;
- (d) «Цветные резиночки»;
- (e) «Фрукты в тазу»;
- (f) «Мяч на волнах»

25. При организации занятий АФК в домашних условиях с использованием инвентаря игры должны быть (выберите все правильные ответы):

- (a) эмоциональными (чтобы привлекали ребенка, доставляли ему удовольствие, радость);
- (b) познавательными, обучающими (ребенок должен учиться чему-то новому, что-то узнавать, решать, мыслить);
- (c) социально ориентированными;

26. Основные отличия адаптивного баскетбола (выберите все правильные ответы):

- (a) игра не ограничивается установленным числом участников, а зависит от состояния, возраста и размера площадки;
- (b) состав команд должен быть однородным (отдельно – девочки и мальчики);
- (c) оборудование и инвентарь могут быть нестандартных размеров, как и размер площадки (допускаются пробежки и двойное ведение, игра мячом меньшего размера);
- (d) время матча устанавливается заранее и не может зависеть от нозологии и возраста детей.

27. Выделите основные упражнения для отработки передач в адаптивном баскетболе (выберите все правильные ответы):

- (a) броски мяча вверх и ловля его одной или двумя руками;

- (b) броски мяча вверх и ловля его после хлопка в ладоши;
- (c) броски мяча вверх и после отскока от пола ловля его двумя руками;
- (d) бросок мяча в пол и его ловля после отскока от пола одной и двумя руками;
- (e) бросок мяча в пол и его ловля после хлопка в ладоши и поворота вокруг своей оси;
- (f) перебрасывание мяча партнеру удобным способом одной и двумя руками;
- (g) ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками;
- (h) передача мяча двумя руками от груди в стенку и его ловля;
- (i) передача мяча в круге и в шеренге;
- (j) передача мяча двумя и одной рукой друг другу в паре, в т.ч. в движении;
- (k) сопровождение взглядом полет мяча для развития визуального внимания и визуального контроля.

28. Основные принципы обучения адаптивному волейболу (выберите все правильные ответы):

- (a) от простого к сложному;
- (b) личностно-ориентированный подход, даже в условиях групповых занятий;
- (c) доступность, учитывая состояние детей;
- (d) системность;
- (e) эпизодичность;
- (f) учет возрастных и индивидуальных особенностей при дозировании нагрузки, подбора упражнений, игр и инвентаря;
- (g) кратковременность занятий.

29. Перечислите подводящие упражнения при обучении адаптивному волейболу (выберите все правильные ответы):

- (a) прыжки с продвижением вперед, отталкиваясь ногами поочередно; отталкиваясь ногами одновременно;
- (b) ходьба и прыжки в приседе и полуприседе;
- (c) бег по заданию, выполняемый по звуковым или зрительным сигналам (с изменениями направления движения, с ускорениями, с остановками по сигналу, после старта из различных исходных положений);
- (d) упражнения с мячом для развития ловкости;
- (e) удерживать мяч двумя руками (кисти рук в виде полусферы сверху на мяче);
- (f) положить мяч на пол и поднять его с пола, сохраняя положение кистей рук сверху на мяче.

30. Что необходимо учитывать при выборе инвентаря и площадки при проведении адаптивного футбола (выберите все правильные ответы):

- (a) подбор мяча в зависимости от состояния и возраста детей соответствующего размера и фактуры (№№5 классический и 4 для мини-футбола, вспененный для обеспечения безопасности при выполнении ударов по мячу, особенно при обучении детей с РАС, ТМНР, детей дошкольного и младшего школьного возраста);
- (b) всегда допустим обычный футбольный мяч;

- (с) звуковой при работе с детьми с нарушением зрения;
- (d) размер площадки и ворот также может варьироваться в зависимости от количества участников.

31. Определите основные правила техники безопасности при проведении адаптивного футбола (выберите все правильные ответы):

- (a) перед началом занятия необходимо подготовить площадку, убедиться, что нет посторонних предметов, все двери в спортзале закрыты;
- (b) во избежание травматизма обязательно иметь спортивную форму и спортивную обувь;
- (с) не следует проводить разминку;
- (d) начинать выполнение упражнений только после команды тренера;
- (e) не следует выполнять все упражнения под наблюдением тренера.

32. Какие позиции не относятся к плану подготовки спортивно-массовых мероприятий (выберите все правильные ответы):

- (a) общие организационные вопросы;
- (b) бюджет;
- (с) количество детей, участвующих в празднике;
- (d) фуршетный стол;
- (e) подготовка спортивной части;
- (f) подготовка открытых уроков и мастер-классов;
- (g) приглашение гостей;
- (h) работа со СМИ;
- (i) заказ автобусов для экскурсии;
- (j) доноры/партнёры;
- (k) украшение места проведения;
- (l) волонтеры;
- (m) административно-хозяйственные вопросы;
- (n) разное.

33. План работы со СМИ (выберите все правильные ответы):

- (a) составить пресс-релиз;
- (b) разослать пресс-релиз за 1-2 недели до начала мероприятия;
- (с) отметить дату и способ отправки письма-приглашения (лично, по факсу, по электронной почте);
- (d) за 1-2 дня разослать пресс-релиз повторно и получить обратную связь о присутствии СМИ;
- (e) организовать регистрацию СМИ;
- (f) предоставить информацию о празднике в СМИ;
- (g) получить материалы от СМИ.