



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБПОУ Республики
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной
23 апреля 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

Наименование программы:

«Адаптивная физкультура: организация и проведение тренировок с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья»

Категория слушателей:

все категории работников образовательных организаций (педагогические работники и иные категории специалистов образовательных организаций, реализующих основные образовательные программы, работающие с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, руководители и заместители руководителей), специалисты физкультурно-спортивных и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, имеющих (получающих) среднее профессиональное или высшее образование.

Срок освоения: 40 ч.

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий)

Документ о квалификации:

удостоверение о повышении квалификации

Йошкар-Ола, 2021 г.

Документ подписан электронной подписью.

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ..... | 3 |
| 1.1. Область применения программы | 3 |
| 1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы | 3 |
| 1.3. Требования к слушателям (категории слушателей) | 3 |
| 1.4. Цель реализации программы..... | 4 |
| 1.5. Планируемые результаты освоения программы | 4 |
| 1.6. Срок освоения программы | 5 |
| 1.7. Форма обучения..... | 5 |
| 1.8. Режим занятий | 5 |
| 1.9. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы | 6 |
| 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ | 7 |
| 2.1. Календарный учебный график..... | 7 |
| 2.2. Учебный план | 7 |
| 2.3. Рабочие программы..... | 7 |
| 3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ..... | 7 |
| 4.1. Формы контроля | 7 |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ..... | 8 |
| 3.1. Материально-технические условия реализации программы..... | 8 |
| 3.2. Учебно-методическое обеспечение программы | 8 |
| 5. ПРИЛОЖЕНИЯ | 13 |
| Приложение 1 График учебного процесса | 13 |
| Приложение 2 Учебный план..... | 14 |
| Приложение 3 Рабочие программы | 16 |
| Приложение 4 Итоговая аттестация | 25 |

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Область применения программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации (далее - Программа): «Адаптивная физкультура: организация и проведение тренировок с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья» разработана для работников физкультурно-оздоровительных комплексов, тренеров, инструкторов, учителей, педагогов). Программа рассчитана на лиц, имеющих среднее профессиональное или высшее образование.

Нормативно-правовые основания разработки программы

Программа повышения квалификации разработана на основе следующих **документов**:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ ст. 41. Охрана здоровья обучающихся п. 11 Обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи (п. 11 введен Федеральным законом от 03.07.2016 N 313-ФЗ);
- Профессиональный стандарт "Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту" от 2 апреля 2019 г. № 199н
- постановление Правительства Российской Федерации от 22 января 2013 г. № 23 «О Правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
- приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «О утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки, разработанные и утвержденные в соответствии с [п. 24.1 ст. 2](#) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и обязательных для организаций, осуществляющих спортивную подготовку.

1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)

К освоению программы повышения квалификации **допускаются лица**:

- имеющие среднее профессиональное или высшее образование;
- получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование*¹;
- имеющие навыки работы с персональным компьютером, поиска информации в сети Интернет.

¹ При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования диплом о профессиональной переподготовке выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации.

Документ подписан электронной подписью.

1.4. Цель реализации программы

Программа повышения квалификации имеет целью совершенствование компетенций и (или) получение новых компетенций, в области физической культуры и спорта, тренеров-преподавателей, инструкторов и методистов спортивных школ, преподавателей физической культуры.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы обучающиеся должны:

иметь практический опыт:

руководства общей физической и специальной подготовкой занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; организации тренировочного процесса занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); управление тренировочным процессом занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); управления тренировочным процессом занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); проведения коррекционно-развивающих занятий и мероприятий по социализации занимающихся, развития навыков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формирования у них устойчивого интереса к занятиям адаптивным спортом; обучения занимающихся выполнению упражнений по общей и специальной физической подготовке, упражнений по освоению техники по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), упражнений для освоения навыков самостраховки, страховки; проведения с занимающимися тренировок на основе комплексов упражнений для повышения физической и технической подготовленности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); проведения с занимающимися подвижных игр, предусмотренных программой начального этапа спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); контроля утомляемости и переносимости нагрузок у занимающихся во время тренировочного занятия; контроля безопасного выполнения занимающимися элементов программы тренировочного занятия и использования спортивной техники, оборудования, инвентаря; организация первой помощи.

уметь:

руководить общей физической и специальной подготовкой занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; организовывать тренировочный процесс занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); управлять тренировочным процессом занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); управлять тренировочным процессом занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства по виду

Документ подписан электронной подписью.

адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); проводить коррекционно-развивающие занятия и мероприятия по социализации занимающихся, развивать навыки гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью технических средств реабилитации инвалидов) и бытового самообслуживания, формировать у них устойчивого интереса к занятиям адаптивным спортом; обучать занимающихся выполнению упражнений по общей и специальной физической подготовке, упражнениям по освоению техники по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), упражнениям для освоения навыков самостраховки, страховки; проводить с занимающимися тренировок на основе комплексов упражнений для повышения физической и технической подготовленности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); проводить с занимающимися подвижных игр, предусмотренных программой начального этапа спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок у занимающихся во время тренировочного занятия; контроль безопасного выполнения занимающимися элементов программы тренировочного занятия и использования спортивной техники, оборудования, инвентаря; организация первой помощи.

знать: - правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся; порядок ведения отчетной документации по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся; правила использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации; приемы, способы страховки и самостраховки; комплексы упражнений по общей физической и специальной подготовке; методики проведения контрольных испытаний (тестов) для оценки общей физической и специальной подготовки занимающихся в избранном виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; содержание спортивной тренировки в виде адаптивного спорта; методики массового отбора в виде адаптивного спорта; принципы и формы организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств физической культуры, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; этические и деонтологические нормы, правила взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; порядок составления и ведения отчетной документации по проведению отбора на начальный этап спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); правила использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов, применяемых для тестирования поступающих в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); программу спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта

Документ подписан электронной подписью.

1.6 Срок освоения программы

| | |
|---|----|
| Нормативный срок освоения программы (акад. час) | 40 |
| <i>в том числе:</i> | |
| лекции | 20 |
| практические занятия | - |
| стажировка | - |
| самостоятельная работа слушателей | 18 |
| итоговая аттестация - <i>зачет</i> | 2 |

1.7. Форма обучения

Форма обучения – заочная (с применением дистанционных образовательных технологий), без отрыва от основного места работы.

1.8. Режим занятий

Для всех видов онлайн- и офлайн- занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Дневная нагрузка – 6 – 8 академических часов.

Для более полного рассмотрения поставленных вопросов и усвоения слушателями представленного материала предусматривается:

- широкое использование практических примеров;
- предоставление визуальных материалов;

Дополнительное профессиональное образование по программе профессиональной подготовки завершается итоговой аттестацией в форме тестирования и написанием итогового проекта.

1.9. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы

Удостоверение о повышении квалификации.

Документ подписан электронной подписью.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

График учебного процесса определяет продолжительность обучения, последовательность обучения и итоговую аттестацию.

График учебного процесса представлен в *Приложении 1*.

2.2. Учебный план

Основным документом программы является учебный план. В учебном плане отображается логическая последовательность освоения разделов программы (модулей), обеспечивающих формирование компетенций. Указывается общая трудоемкость модулей и тем, а также итоговая аттестация.

Учебный план представлен в *Приложении 2*.

2.3. Рабочие программы

В содержании рабочих программ модулей отражены получаемые знания, умения и практический опыт, необходимые для формирования компетенций.

Рабочие программы содержат:

- тематическое планирование;
- объем и виды учебной работы;
- задания для самостоятельной работы слушателей;
- формы контроля (контрольные вопросы).

Рабочие программы модулей приведены в *Приложении 3*.

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

4.1. Формы контроля

Текущий контроль по темам производится в виде оценки знаний слушателей с помощью контрольных вопросов.

Оценка качества освоения программы повышения квалификации включает итоговую аттестацию в форме тестирования.

Тестовые задания итоговой аттестации приведены в *Приложении 4*.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

| № п/п | Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий | Формы проводимых занятий | Наименование оборудования, программного обеспечения |
|-------|---|---|---|
| 1 | компьютерный класс | Лекции, практические занятия, итоговое тестирование | – проектор – образоват.платформа Google-класс – экран – персональные компьютеры эл.почта – аптечка |

3.2. Учебно-методическое обеспечение программы

-Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 272-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" в части совершенствования нормативно-правового регулирования статуса физкультурно-спортивных обществ»

- Профессиональный стандарт "Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту" от 2 апреля 2019 г. № 199н

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебн. пособие / Под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с.

2. Адаптивная физическая культура: ежеквартальный периодический журнал // 2000. - № 1-4; 2001 (и последующие годы). - № 1- 4.

3. *Аксенов А.В.* Инклюзивное физическое воспитание в начальной школе: учебн. пособие / А.В. Аксенов. - Москва: ООО «ТИД «Арис», 2013. - 116 с.

4. Антистрессовая пластическая гимнастика / Авт.-сост. А.В. Попков. - М.: Советский спорт, 2005. - 164 с.

5. *Аукстер Д.* Принципы и методы адаптивного физического воспитания и коррекции: монография / Д. Аукстер, Ж. Руфеч, С. Хейттинг. - 10-е изд. - М.: Кран Хилл; Нью-Йорк, 2005. - 240 с.

6. *Ахметшин А.М.* Туризм как метод реабилитации и оздоровления инвалидов и пожилых людей / А.М. Ахметшин. - Уфа, 2000. - С. 8-10.

7. *Барабаш О.А.* Контроль результата образования по предмету «Физическая культура» в специальном (коррекционном) учреждении VIII вида / О.А. Барабаш. - Владивосток: изд-во ДВГУ, 2010. - 196 с.

8. *Барабаш О.А.* Методические принципы контроля качества образования по физической культуре в специальном учреждении / О.А. Барабаш // Адаптивная

Документ подписан электронной подписью.

физическая культура. - 2012. - № 2 (50). - С. 25-27.

9. *Барабаш О.А.* Модель управления качеством образования по физической культуре в специальном (коррекционном) образовательном учреждении / О.А. Барабаш // *Адаптивная физическая культура.* - 2012. - № 3 (51). - С. 19-22.

10. *Бардиер Г.* «Я хочу!» Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей / Г. Бардиер, И. Ромазан, Т. Чередникова. - СПб., 1993.

11. *Бондарев И.П.* Руководство по спортивно-функциональной классификации пловцов с поражением опорно-двигательного аппарата / И.П. Бондарев, Т.Я. Белоусова, П.Н. Мирошниченко. - М.: Советский спорт, 2011. - 80 с.: ил.

12. *Брискин Ю.А.* Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. - 316 с.: ил.

13. *Вайзман Н.П.* Психомоторика умственно отсталых детей / Н.П. Вайзман. - М.: Аграф, 1997. - 128 с.

14. *Велитченко В.К.* Физкультура для ослабленных детей / В.К. Велитченко. - М.: Терра-Спорт, 2000. - 166 с.

15. *Веневцев С.И.* Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: метод. пособ. / С.И. Веневцев. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Советский спорт, 2004. - С. 31-33.

16. *Визитей Н.Н.* Курс лекций по социологии спорта: учеб. пособие / Н.Н. Визитей. - М.: Физическая культура, 2006. - 328 с.

17. *Визитей Н.Н.* Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений. Философские очерки / Н.Н. Визитей. - М.: Советский спорт, 2009. - 184 с.

18. *Винник Дж.П.* Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Дж. П. Винника; пер. с англ. И. Андреев. - К.: Олимп. лит., 2010. - 608 с.: ил.

19. *Вишнякова Ю.Ю.* Хоккей на полу: учебн. пособ. / Ю.Ю. Вишнякова, И.Г. Ненахов; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2015. - 108 с.

20. *Григоренко В.Г., Сермеев Б.В.* Теория и методика физического воспитания инвалидов / В.Г. Григоренко. - Одесса, 1991. - 98 с.

21. *Губарева Т.И.* Спорт лиц с ограниченными возможностями в системе гуманистически ориентированной социальной политики / Т.И. Губарева. - М.: ФОН, 2000. - 192 с.

22. *Гудков Ю.Э.* Занятия физическими упражнениями в условиях формирующей физкультурно-оздоровительной среды / Ю.Э. Гудков // *Адаптивная физическая культура.* - СПб., 2010. - № 4 (44). - С. 32-38.

23. *Гудков Ю.Э.* Обсуждение эффективности процесса физического воспитания младших школьников с отклонениями в поведении в условиях формирующей физкультурно-оздоровительной среды общеобразовательного учреждения школа-интернат / Ю.Э. Гудков // *Адаптивная физическая культура.* - СПб., 2011. - № 1 (45). - С. 2-5.

24. *Гудков Ю.Э.* Формирующая физкультурно-оздоровительная среда общеобразовательного учреждения в оптимизации психического состояния школьников 7-10 лет с отклоняющимся поведением / Ю.Э. Гудков // *Адаптивная физическая культура.* - СПб., 2010. - № 3 (43). - С. 12-16.

25. *Джосвик Ф.* Вопросы и ответы. Пособие по терапевтической верховой езде /

Документ подписан электронной подписью.

- Ф. Джосвик, М. Киттердж, Л. Макковен, К. Макпарленд, С. Вудз; пер. с англ. - М.: Московский конно-спортивный клуб инвалидов, 2000. - 232 с.
26. *Дмитриев А.А.* Физическая культура в специальном образовании: учеб. пособ. для студентов высших педагогических учебных заведений / А.А. Дмитриев. - М.: Академия, 2002. - 176 с.
27. *Евсеев С.П.* Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями. Состояние и перспективы развития (нормативные, правовые, программно-методические материалы): справочное издание / С.П. Евсеев, Т.И. Ольховая, О.Э. Евсева. - СПб.: Галейя Принт, 2014. - 160 с.: ил.
28. *Евсеев С.П.* Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре: учебн. пособ. / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсева; НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М.: Советский спорт, 2013. - 96 с.
29. *Евсева О.Э.* Адаптивная физическая культура в геронтологии: учебн. пособие / О.Э. Евсева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. - М.: Советский спорт, 2010. - 164 с.: ил.
30. *Евсева О.Э.* Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебн. пособие / О.Э. Евсева; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2015. - 117 с.
31. *Евсева О.Э.* Адаптивное физическое воспитание детей до 3-х лет в дошкольных образовательных учреждениях: учебн. пособие / О.Э. Евсева, А.В. Аксенов, Н.Н. Аксенова; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2015. - 123 с.
32. *Забрамная С.Д.* Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей / С.Д. Забрамная. - М.: Просвещение, 1995. - 112 с.
33. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Практикум по креативной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - СПб.: Речь: ТЦ Сфера, 2001. - 400 с.
34. *Ильин Е.П.* Психология спорта: учебник / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2008 - 352 с.: ил.
35. *Исаков Э.В.* Развитие адаптивного спорта: организация, экономика и управление. Практикум / Э.В. Исаков - М.: Изд-во пиар- агентства «М-ОСТ», 2010. - 199 с.
36. *Иссурин В.Б.* Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В.Б. Иссурин. - М.: Советский спорт, 2010. - 288 с.
37. *Карпушин Б.А.* Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Б.А. Карпушин. - СПб.: Олимп-СПб, 2010. - 296 с.
38. *Курамшин Ю.Ф.* Спортивная рекордология: теория, методология, практика: монография / Ю.Ф. Курамшин. - М.: Советский спорт, 2005. - 408 с.: ил.
39. *Курдыбайл, С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В.* Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебн. пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова; под ред. С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2003. - 184 с.
40. *Левченко И.Ю., Приходько О.Г.* Технология обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: учебн. пособие для студентов педагогических учебных заведений / И.Ю. Левченко, О.Г. Приходько. - М.:

Документ подписан электронной подписью.

Академия, 2001. - 192 с.

41. Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации: руководство для врачей / Под ред. А.Ф. Каптелина, И.П. Лебедевой. - М.: Медицина, 1995. - 397 с.

42. *Лоуренс Д.* Акваэробика. Упражнения в воде / Пер. с англ. А. Озерова. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000. - 256 с.

43. *Лукьяненко В.П.* Современные состояния и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры: монография / В.П. Лукьяненко. - М.: Советский спорт, 2005.

44. *Макина Л.Р.* Физическая подготовка легкоатлетов с нарушением зрения, специализирующихся в беге на средние дистанции: монография / Л.Р. Макина. - Уфа: РИЦ БашИФК, 2011. - 83 с.

45. *Макина Л.Р.* Содержание и организация многолетнего процесса физической подготовки легкоатлетов с нарушением зрения, специализирующихся в беге на средние дистанции: монография / Л.Р. Макина, П.З. Буйлов, П.С. Горулев. - Уфа.: РИЦ БашИФК, 2012. - 123 с.

46. *Мастюкова Е.М.* Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст): советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии / Е.М. Мастюкова. - М.: ВЛАДОС, 1997. - 304 с.

47. *Матвеев Л.П.* Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: Лань, 2005. - 384 с.: ил.

48. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.: Физическая культура и спорт, 1991. - 543 с.

49. *Миа Энди.* Основы Олимпизма: пер. с англ. / Энди Миа, Беатрис Гарсиа. - М.: Рид Медиа, 2013. - 192 с.

50. *Морозова Г.Ф.* Некоторые результаты анализа демографической ситуации в России в свете развития специального олимпийского движения. Матер. Всерос. науч.-практ. конф. - М.: Специальная Олимпиада России, 2000. - С. 12.

51. *Осипова А.А.* Общая психокоррекция / А.А. Осипова. - М., 2002.

52. *Платонов В.Н.* Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В.Н. Платонов, С.А. Олейник, Л.М. Гунина. - М.: Советский спорт, 2010. - 30 с.: ил.

53. *Платонов В.Н.* Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. - К.: Олимп. лит., 2013. - 624 с.: ил.

54. *Пономарев Н.И.* Физическая культура как элемент культуры общества и человека / Н.И. Пономарев. - СПб.: изд-во ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1996. - 284 с.

55. Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник / Сост. А.В. Царик; Паралимпийский комитет России. - М.: Советский спорт, 2011. - 240 с.: ил.

56. Профессиональные стандарты. Сборник 1: «Спортсмен», «Тренер», «Инструктор-методист»: документы и методические материалы / Сост. И.И. Григорьева. - М.: Советский спорт, 2015. - 272 с.

57. *Ростомашвили Л.Н.* Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебн. пособие / Л.Н.

Документ подписан электронной подписью.

Ростомашвили. - М.: Советский спорт, 2015. - 164 с.

58. *Румянцева Э.Р.* Физическая подготовка спортсменов с поражениями опорно-двигательного аппарата: монография / Э.Р. Румянцева, А.Р. Даянова, Г.М. Юламанова. - Уфа: БашИФК, 2010. - 80 с.

59. *Солтан П.М.* Социальная защита инвалидов: учебн. пособие / П.М. Солтан, О.А. Никулина, Ю.Ю. Вишнякова; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2015. - 127 с.

60. *Спинк Д.* Развивающая лечебная верховая езда. Принципы создания и оценки работы терапевтической команды / Д. Спинк. - М.: МККИ, 2001. - 128 с.

61. *Спирин В.К.* Мышечная активность и здоровье детей: монография / В.К. Спирин. - Великие Луки, 2001. - 126 с.

62. *Столяров В.И.* Олимпийское воспитание: теория и практика / В.И. Столяров. - М.: Национальное образование, 2014. - 416 с.

63. *Столяров В.И.* Философия спорта и телесности человека: монография в 2-х кн. / В.И. Столяров. Кн. 1. - М.: Университетская книга, 2011. - 766 с.

64. *Страковская В.Л.* 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет / В.Л. Страковская. - М.: Новая школа, 1994. - 288 с.

65. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003. - 464 с.

66. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / Авторы-составители О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2013. - 388 с.: ил.

67. *Федорова Т.В.* Игры, упражнения и психологические тренинги для студентов, обучающихся по специальности «Адаптивная физическая культура»: учебн. пособие / Т.В. Федорова; под ред. С.П. Евсеева. - СПб.: изд-во ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999. - 134 с.

68. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорнодвигательной системы: учебн. пособ. / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков; под ред. С.П. Евсеева, С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2010. - 488 с.

69. *Франкл В.* Человек в поисках смысла / В. Франкл. - М., 1990. - С. 55-56.

70. Функциональная классификация в паралимпийском спорте / Авт.-сост. Н.А. Сладкова; Паралимпийский комитет России. - М.: Советский спорт, 2011 - 160 с.

71. *Храмов В.В.* Методы изучения и оценки физической работоспособности инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата: учебно-метод. рекомендации / В.В. Храмов, Ю.А. Кобзев. - Саратов: изд-во СГМУ, 2003. - 19 с.

72. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. - М.: Советский спорт, 2007. - 608 с.: ил.

73. *Черник Е.С.* Физическая культура во вспомогательной школе: учебн. пособие / Е.С. Черник. - М., 1997.

74. *Чистякова М.И.* Психогимнастика / М.И. Чистякова. - М., 1990.

75. *Шипицина Л.М.* «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта / Л.М. Шипицина. - СПб.: Дидактика Плюс, 2002. - 496 с.

76. *Шипицина Л.М.* Детский церебральный паралич / Л.М. Шипицина, И.И. Мамайчук. - СПб.: Дидактика Плюс, 2001. - 272 с.

Документ подписан электронной подписью.

77. Юламанова Г.М. Спортивная подготовка в четырехлетнем цикле квалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга: монография / Г.М. Юламанова. - Уфа: БашИФК, 2012. - 218 с.

78. Юламанова Г.М. Содержание и организация годичного цикла подготовки квалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга: монография / Г.М. Юламанова, А.Р. Даянова, Э.Р. Румянцева, Е.И. Емельянов, Ф.Я. Арсланов. - Уфа: БашИФК, 2012. - 178 с.

79. Якубов Ю.Д. Концептуальные основы государственной политики Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта: монография / Ю.Д. Якубов; науч. ред. О.И. Зазнаев. - Казань: Центр инновационных технологий, 2012. - 260 с.

80. Якубов Ю.Д. Физкультурно-спортивная политика в российских регионах: вопросы теории и практики: монография / Ю.Д. Якубов; науч. ред. М.Х. Фарукшин. - Казань: Центр инновационных технологий, 2015. - 344 с.

81. Янушанец Н. Плавать раньше, чем ходить / Н. Янушанец. - СПб.: Питер, 2003. - 192 с.

82. *Fait, Hollis F. Special Physical Education. Adapted, Corrective, Developmental.* - 1978. - P. 414.

83. *Hall Carrie M., Brody Lori. Their Therapeutic Exercise. Moving Toward Function.* - 2005. - P. 787.

84. *Sherrill Claudine. Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Lifespan.* - 1993. - P. 714.

Приложение 1
График учебного процесса

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

| Компоненты программы | | Вид учебной нагрузки | Организация обучения | | | | | Всего часов |
|---|---|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|--------|-------------|
| | | | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | |
| Модуль 1. Нормативно-правовая база физической культуры и спорта. | | | | | | | | |
| Тема 1.1. | Нормативно-правовое обеспечение в сфере физической культуры и спорта | Онлайн- и офлайн- занят. | 2 | | | | | 2 |
| | | сам. работа | - | | | | | - |
| Модуль 2. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. | | | | | | | | |
| Тема 2.1 | Основные понятия и термины, компоненты адаптивной физкультуры | Онлайн- и офлайн- занят. | 2 | | | | | 2 |
| | | сам. работа | 2 | | | | | 2 |
| Тема 2.2 | Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической работе. Требования к профдеятельности в адаптивной физкультуре. | Онлайн- и офлайн- занят. | 2 | | | | | 2 |
| | | сам. работа | | 2 | | | | 2 |
| Модуль 3. Обучение и воспитание в адаптивной физической культуре. | | | | | | | | |
| Тема 3.1 | Принципы адаптивной ФК. Обучение в адаптивной ФК. | Онлайн- и офлайн- занят. | | 2 | | | | 2 |
| | | сам. работа | | 2 | | | | 2 |

Документ подписан электронной подписью.

| | | | | | | | | |
|---|---|-----------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|
| Тема 3.2 | Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями ОВЗ. | Онлайн- и офлайн- занят. | | | 1 | | | 1 |
| | | сам. работа | | | 1 | | | 1 |
| Модуль 4. Развитие физических способностей. | | | | | | | | |
| Тема 4.1. | Развитие физических способностей в адаптивной ФК. | Онлайн- и офлайн- занят. | | | 1 | | | 1 |
| | | сам. работа | | | 1 | | | 1 |
| Модуль 5. Организация физического воспитания и адаптивного спорта. | | | | | | | | |
| Тема 5.1 | Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования | Онлайн- и офлайн- занят. | | | 1 | | | 1 |
| | | сам. работа | | | 1 | | | 1 |
| Тема 5.2 | Организация адаптивного спорта. | Онлайн- и офлайн- занят. | | | 1 | | | 1 |
| | | сам. работа | | | 1 | | | 1 |
| Модуль 6. Спортивная тренировка. | | | | | | | | |
| Тема 6.1 | Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте | Онлайн- и офлайн- занят. | | | 1 | | | 1 |
| | | сам. работа | | | 1 | | | 1 |
| Тема 6.2 | Спортивная тренировка. | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | 1 | | 1 |
| | | сам. работа | | | | 1 | | 1 |
| Тема 6.3 | Специальный спортивный инвентарь для лиц с ОВЗ | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | 1 | | 1 |
| | | сам. работа | | | | 1 | | 1 |
| Тема 6.4 | Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | 1 | | 1 |
| | | сам. работа | | | | 1 | | 1 |
| Модуль 7. Организация физической реабилитации. | | | | | | | | |
| Тема 7.1 | Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | 1 | | |
| | | сам. работа | | | | 1 | | |
| Тема 7.2 | Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | | 1 | 1 |
| | | сам. работа | | | | | 1 | 1 |
| Тема 7.3 | Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | | 1 | 1 |
| | | сам. работа | | | | | 1 | 1 |
| Тема 7.4 | Особенности работы с родителями детей-инвалидов | Онлайн- и офлайн- занят. | | | | | 1 | 1 |
| | | сам. работа | | | | | 1 | 1 |
| Итоговая аттестация | | | | | | | 2 | 2 |
| Всего часов онлайн- и офлайн- занятий | | | 6 | 3 | 4 | 4 | 3 | 20 |
| Всего часов самостоятельной учебной работы | | | 2 | 5 | 4 | 4 | 5 | 20 |
| Всего часов по программе | | | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 40 |

Приложение 2
Учебный план

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Документ подписан электронной подписью.

Учебный план курсов повышения квалификации
«Адаптивная физкультура: организация и проведение тренировок с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья»

| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Формы контроля | Учебная нагрузка обучающихся с использованием ДОТ, час | | | | |
|---|---|----------------|--|------------------------|--------------------------|--------------------------------------|---|
| | | | максимальная | Самостоятельная работа | Онлайн- и офлайн-занятия | В том числе | |
| | | | | | | Теоретические (Google-класс, e-mail) | Лаборат/практич.. (онлайн-, консультации) |
| Модуль 1. Нормативно-правовая база физической культуры и спорта. | | | | | | | |
| Тема 1.1 | Нормативно-правовое обеспечение в сфере физической культуры и спорта | | 2 | - | 2 | 2 | - |
| Модуль 2. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. | | | | | | | |
| Тема 2.1 | Основные понятия и термины, компоненты адаптивной физкультуры | | 4 | 2 | 2 | 2 | - |
| Тема 2.2 | Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической работе. Требования к профдеятельности в адаптивной физкультуре. | | 4 | 2 | 2 | 2 | - |
| Модуль 3. Обучение и воспитание в адаптивной физической культуре. | | | | | | | |
| Тема 3.1 | Принципы адаптивной ФК. Обучение в адаптивной ФК. | | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| Тема 3.2 | Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями ОВЗ. | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Модуль 4. Развитие физических способностей. | | | | | | | |
| Тема 4.1 | Развитие физических способностей в адаптивной ФК. | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Модуль 5. Организация физического воспитания и адаптивного спорта. | | | | | | | |
| Тема 5.1 | Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Тема 5.2 | Организация адаптивного спорта. | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Модуль 6. Спортивная тренировка. | | | | | | | |
| Тема 6.1 | Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Тема 6.2 | Спортивная тренировка. | | 2 | 1 | 1 | 1 | - |
| Тема 6.3 | Специальный спортивный инвентарь для лиц с ОВЗ | | 2 | 1 | 1 | 1 | - |
| Тема 6.4 | Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта | | 2 | 1 | 1 | 1 | - |

Документ подписан электронной подписью.

| Модуль 7. Организация физической реабилитации. | | | | | | | |
|---|--|-------|-----------|-----------|-----------|-------------|------------|
| Тема 7.1 | Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Тема 7.2 | Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Тема 7.3 | Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| Тема 7.4 | Особенности работы с родителями детей-инвалидов | | 2 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 |
| | | зачет | 2 | 2 | - | - | - |
| | Итого: | | 40 | 20 | 20 | 14,5 | 5,5 |

*Приложение 3
Рабочие программы*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Объем учебной дисциплины и объем учебной работы

| Учебная нагрузка слушателей | Объем в часах |
|---|---------------|
| Максимальная | 40 |
| Внеаудиторная самостоятельная | 20 |
| Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия): | 20 |
| в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта) | 14,5 |
| практические занятия (онлайн-консультации) | 5,5 |
| Форма промежуточной аттестации: | зачет |

Модуль 1. Нормативно-правовая база физической культуры и спорта.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|--|---|--------------------------------------|----------|----------|----------|
| Тема 1.1. Нормативно-правовые основы физической культуры и спорта | <ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» - Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 272-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" в части совершенствования нормативно-правового регулирования статуса физкультурно-спортивных обществ» - Профессиональный стандарт "Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту" от 2 апреля 2019 г. № 199н <p>Концептуальные основы государственной политики Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта: монография / Ю.Д. Якубов; науч. ред. О.И. Зазнаев. - Казань: Центр инновационных технологий, 2012. - 260 с.</p> | 2 | - | - | 2 |
| | Итого | 2 | - | - | 2 |

Документ подписан электронной подписью.

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>специалист; в) органов местного самоуправления, осуществляющих управление в области физической культуры и спорта; г) региональных федераций по соответствующему виду спорта.</p> |
|--|--|---|

Документ подписан электронной подписью.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 2. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|---|---|--------------------------------------|----|----|-------|
| Тема 2.1 Основные понятия и термины, компоненты адаптивной физкультуры | Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни». Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Компоненты адаптивной физкультуры. | 2 | - | 2 | 4 |
| Тема 2.2 Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической работе. Требования к профдеятельности в адаптивной физкультуре. | Основные объекты и субъекты будущей профессиональной деятельности специалистов по адаптивной физической культуре, их характеристика. Требования к профдеятельности в адаптивной физкультуре. | 2 | - | 2 | 4 |
| Итого | | 4 | - | 4 | 8 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|--|--|--------------|
| Тема 2.1 Основные понятия и термины, компоненты адаптивной физкультуры | <i>Брискин Ю.А.</i> Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. - 316 с.: ил. | 2 |
| Тема 2.2 Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической работе. Требования к профдеятельности в адаптивной физкультуре. | <i>Евсеева О.Э.</i> Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебн. пособие / О.Э. Евсеева; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2015. - 117 с. | 2 |
| Итого | | 8 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|--|---|---|
| Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. | | Дайте характеристику объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической работе. |

Документ подписан электронной подписью.

Документ подписан электронной подписью.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 3. Обучение и воспитание в адаптивной физической культуре.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|---|---|--------------------------------------|------------|----------|----------|
| Тема 3.1 Принципы адаптивной ФК. Обучение в адаптивной ФК. | Реабилитационные, педагогические, социальные принципы. Принципы воспитания. Принципы физического воспитания и спорта. Принцип единства и взаимосвязи тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутренировочными факторами. Особенности действий, используемых в адаптивной физической культуре. Определяющие черты методики обучения действиям в адаптивной физической культуре. | 1 | 1 | 2 | 4 |
| Тема 3.2 Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями ОВЗ. | Воспитание волевых качеств: целеустремленность, самообладание. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| | | 1,5 | 1,5 | 3 | 6 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|--|---|--------------|
| Тема 3.1 Принципы адаптивной ФК. Обучение в адаптивной ФК. | <i>Аукстер Д.</i> Принципы и методы адаптивного физического воспитания и коррекции: монография / Д. Аукстер, Ж. Руфеч, С. Хейттинг. - 10-е изд. - М.: Кран Хилл; Нью-Йорк, 2005. - 240 с. | 2 |
| Тема 3.2 Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями ВЗ. | <i>Карпушин Б.А.</i> Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Б.А. Карпушин. - СПб.: Олимп-СПб, 2010. - 296 с. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебн. пособие / Под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с. Винник Дж.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Дж. П. Винника; пер. с англ. И. Андреев. - К.: Олимп. лит., 2010. - 608 с.: ил. | 1 |
| | | 3 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|---|-------|---|
| Обучение и воспитание в адаптивной физической культуре. | 1. 2. | 1. Назовите основные принципы ФК. 2. Назовите основные приемы воспитания волевых качеств лиц с ОВЗ |

Документ подписан электронной подписью.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Модуль 4. Развитие физических способностей.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|--|--|--------------------------------------|------------|----------|----------|
| Тема 4.1 Развитие физических способностей в адаптивной ФК. | Автономные физические упражнения. Упражнения для мышц пальцев и кистей. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища. Упражнения для мышц ног. Технологии императивного развития физических способностей. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| | | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|--|---|--------------|
| Тема 4.1 Развитие физических способностей в адаптивной ФК. | <i>Карпушин Б.А.</i> Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Б.А. Карпушин. - СПб.: Олимп-СПб, 2010. - 296 с. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебн. пособие / Под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с. Винник Дж.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Дж. П. Винника; пер. с англ. И. Андреев. - К.: Олимп. лит., 2010. - 608 с.: ил. | 1 |
| | | 1 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|--|---|--|
| Развитие физических способностей. | | 1. Какова роль адаптивного спорта в формировании сознательной способности ЛИН? 2. Какие физические упражнения можно отнести к «автономным»? |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 5. Организация физического воспитания и адаптивного спорта.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|--|--|--------------------------------------|-----|----|-------|
| Тема 5.1 Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования | Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования. Отличительные черты методики развития физических способностей. | 0.5 | 0.5 | 1 | 2 |

Документ подписан электронной подписью.

| | | | | | |
|--|---|----------|----------|----------|----------|
| Тема 5.2 Организация адаптивного спорта. | Отличительные черты адаптивного спорта, конкретизация его целей и задач. Организация адаптивного спорта в рамках сурдлимпийского и специального олимпийского движений в мировом сообществе. | 0.5 | 0.5 | 1 | 2 |
| | | 1 | 1 | 2 | 4 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|--|--|--------------|
| Тема 5.1 Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования | Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебн. пособие / Под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с. Винник Дж.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Дж. П. Винника; пер. с англ. И. Андреев. - К.: Олимп. лит., 2010. - 608 с.: ил. | 1 |
| Тема 5.2 Организация адаптивного спорта. | <i>Брискин Ю.А.</i> Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. - 316 с.: ил. <i>Венеццев С.И.</i> Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: метод. пособ. / С.И. Венеццев. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Советский спорт, 2004. - С. 31-33. Винник Дж.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Дж. П. Винника; пер. с англ. И. Андреев. - К.: Олимп. лит., 2010. - 608 с.: ил. | 1 |
| | | 2 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|--|---|--|
| Организация физического воспитания и адаптивного спорта. | | Перечислите основные отличительные черты адаптивного спорта. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 6. Организация физического воспитания и адаптивного спорта.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|--|---|--------------------------------------|-----|----|-------|
| Тема 6.1 Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте | Традиционная модель соревновательной деятельности. Нетрадиционная модель соревнований Специальной Олимпиады. Принципиальные различия паралимпийского и специального олимпийского движения адаптивного спорта. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| Тема 6.2 Спортивная тренировка. | Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. | 1 | - | 1 | 2 |
| Тема 6.3 Специальный спортивный инвентарь для лиц с ОВЗ | Обзор спортивного инвентаря для лиц с ОВЗ. | 1 | - | 1 | 2 |

Документ подписан электронной подписью.

| | | | | | |
|--|--|------------|------------|----------|----------|
| Тема 6.4 Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта | <p>Основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения. Основная программа Специальной Олимпиады - организация тренировок и соревнований лиц с интеллектуальными нарушениями. Система и порядок разделения на дивизионы. Индивидуальные и командные виды спорта. Выравнивание результатов соревнований. Обязанности тренера, менеджера соревнований. Программа «Объединенный спорт». Общие положения. Программа «Специальная Олимпиада - приСОЕдиняйтесь!» Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. Паралимпийская программа лиц с интеллектуальными нарушениями как высший этап развития Специальной Олимпиады.</p> | 1 | - | 1 | 2 |
| | | 3,5 | 0,5 | 4 | 8 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|--|---|--------------|
| Тема 6.1 Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте | <i>Юламанова Г.М.</i> Спортивная подготовка в четырехлетнем цикле квалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга: монография / Г.М. Юламанова. - Уфа: БашИФК, 2012. - 218 с. | 1 |
| Тема 6.2 Спортивная тренировка. | <i>Юламанова Г.М.</i> Спортивная подготовка в четырехлетнем цикле квалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга: монография / Г.М. Юламанова. - Уфа: БашИФК, 2012. - 218 с. <i>Иссурин В.Б.</i> Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В.Б. Иссурин. - М.: Советский спорт, 2010. - 288 с. | 1 |
| Тема 6.3 Специальный спортивный инвентарь для лиц с ОВЗ | <i>Брискин Ю.А.</i> Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. - 316 с.: ил. <i>Венеццев С.И.</i> | 1 |
| Тема 6.4 Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта | Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник / Сост. А.В. Царик; Паралимпийский комитет России. - М.: Советский спорт, 2011. - 240 с.: ил. <i>Столяров В.И.</i> Олимпийское воспитание: теория и практика / В.И. Столяров. - М.: Национальное образование, 2014. - 416 с. <i>Миа Энди.</i> Основы Олимпизма: пер. с англ. / Энди Миа, Беатрис Гарсиа. - М.: Рид Медиа, 2013. - 192 с. | 1 |
| | | 4 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|--|----|--|
| Организация физического воспитания и адаптивного спорта. | 1. | В чем причина быстрого развития специального олимпийского движения в мире? |
| | 2. | Какие из основополагающих установок (принципов) |

Документ подписан электронной подписью.

| | |
|--|---|
| | <p>специального олимпийского движения являются истинными?</p> <p>3. Что оценивается при тестировании занимающихся с помощью императивных тренажеров? В чем отличие этого вида тестирования от традиционного?</p> <p>4. Какие виды спорта являются официальными в программе Специальной Олимпиады?</p> |
|--|---|

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 7. Организация физической реабилитации.

1. Тематический план

| Наименование темы | Содержание модуля (раздела) | Теоретические (Google-класс, e-mail) | ПЗ | СР | Всего |
|---|---|--------------------------------------|----------|----------|----------|
| Тема 7.1 Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии | Принципы медицинской и физической реабилитации. Этапность процесса реабилитации. Средства медицинской и физической реабилитации. Составление реабилитационных программ. Физическая реабилитация. Переломы костей верхнего плечевого пояса. Переломы костей нижних конечностей. Физическая реабилитация при повреждениях суставов. Реабилитация при повреждениях плечевого сустава. Повреждения коленного сустава. Повреждения голеностопного сустава. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| Тема 7.2 Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии | Реабилитация при нарушениях осанки. Реабилитация при сколиозах. Реабилитация при плоскостопии. Физические упражнения, рекомендуемые при плоскостопии. Игры при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| Тема 7.3 Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков | Анатомо-физиологическая характеристика детского организма в разные возрастные периоды. Функциональные нарушения (изменения) в работе сердца у детей. Реабилитация детей при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Детский церебральный паралич (ДЦП). Лечебная физкультура при миопатии. Подвижные игры в системе реабилитации детей. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| Тема 7.4 Особенности работы с родителями детей-инвалидов | Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии. Методы и формы работы с родителями детей с ограниченными возможностями. Участие семьи в развитии двигательной активности детей с нарушениями в развитии. | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 |
| | | 2 | 2 | 4 | 8 |

2. Задания для самостоятельной работы слушателей

| Наименование темы программы | Содержание самостоятельной работы | Кол-во часов |
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|

Документ подписан электронной подписью.

| | | |
|---|--|----------|
| Тема 7.1 Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии | Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорнодвигательной системы: учебн. пособ. / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков; под ред. С.П. Евсеева, С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2010. - 488 с. | 1 |
| Тема 7.2 Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии | <i>Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.</i> Практикум по креативной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - СПб.: Речь: ТЦ Сфера, 2001. - 400 с. Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации: руководство для врачей / Под ред. А.Ф. Каптелина, И.П. Лебедевой. - М.: Медицина, 1995. - 397 с. | 1 |
| Тема 7.3 Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков | Лечебная физическая культура в системе медицинской реабилитации: руководство для врачей / Под ред. А.Ф. Каптелина, И.П. Лебедевой. - М.: Медицина, 1995. - 397 с. | 1 |
| Тема 7.4 Особенности работы с родителями детей-инвалидов | <i>Вайзман Н.П.</i> Психомоторика умственно отсталых детей / Н.П. Вайзман. - М.: Аграф, 1997. - 128 с. <i>Велитченко В.К.</i> Физкультура для ослабленных детей / В.К. Велитченко. - М.: Терра-Спорт, 2000. - 166 с. <i>Веневцев С.И.</i> Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: метод. пособ. / С.И. Веневцев. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Советский спорт, 2004. - С. 31-33. <i>Шипицина Л.М.</i> «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта / Л.М. Шипицина. - СПб.: Дидактика Плюс, 2002. - 496 с. | 1 |
| | | 4 |

3. Формы контроля (Контрольные вопросы)

| Наименование темы | № | Контрольные вопросы |
|--------------------------------------|-------------------|---|
| Организация физической реабилитации. | 1. 2. 3. 4. 5. 6. | Перечислите основные группы жизненной компетентности детей с отклонениями в развитии. Какие варианты домашних заданий применяются в адаптивной физической культуре? Что такое физическая реабилитация? Перечислите ее основные виды. В чем заключается физическая реабилитация больных с переломами лучевой кости в типичном месте? Перечислите и охарактеризуйте три группы сколиозов Какие группы физических упражнений используются в реабилитации детей с ДЦП? |

Приложение 4
Итоговая аттестация

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

7. В каких лечебно-профилактических учреждениях системы здравоохранения проводятся занятия по ЛФК?

а) диспансеры, станции скорой и неотложной медицинской помощи, учреждения охраны материнства и детства;

Документ подписан электронной подписью.

б) стационары, поликлиники, врачебно-физкультурные диспансеры, реабилитационные центры, санатории;

с) больничные, амбулаторно-поликлинические, санаторно-курортные учреждения, станции переливания крови;

д) аптечные, научно-исследовательские учреждения, образовательные учреждения.

8. В чем причина быстрого развития специального олимпийского движения в мире?

а) разработка и внедрение в практику организаторами Специальной Олимпиады нетрадиционной модели соревновательной деятельности

б) активная поддержка государственных органов

с) меньшее количество ЛИН по сравнению с инвалидами других нозологических групп в мире

д) организация круглогодичных тренировок и соревнований для детей и взрослых с отклонениями в умственном развитии для достижения максимальных рекордных результатов

9. Какие из основополагающих установок (принципов) специального олимпийского движения являются истинными?

I. Лица с отклонениями в умственном развитии могут при соответствующем обучении и поощрении учиться, получать удовольствие и пользу от участия в индивидуальных и командных видах спорта, адаптированных по мере необходимости к потребностям людей с определенными умственными и физическими ограничениями.

II. Целостный тренировочный процесс, организованный под руководством квалифицированных тренеров и сконцентрированный на улучшении спортивной формы участников тренировок, исключительно важен для развития спортивных навыков, а спортивные соревнования среди людей равного уровня способностей не являются корректным методом оценки навыков, определения прогресса и стимулирования личного роста.

III. Любой человек с отклонениями в умственном развитии, соответствующий критериям минимального уровня поражения, должен иметь возможность получать пользу от программ спортивных тренировок и соревнований, предлагаемых Специальной Олимпиадой.

IV. Посредством спортивных тренировок и соревнований люди с отклонениями в умственном развитии совершенствуются физически, умственно, социально и духовно; обеспечивается укрепление семейных взаимоотношений; а общество, в целом, в результате непосредственного участия и наблюдения за мероприятиями объединяется с людьми с отклонениями в умственном развитии на принципах равенства и принятия друг друга.

а) I, II, III, IV;

б) I, II, IV;

с) I, II, III;

д) I, III, IV.

10. Какие виды спорта являются официальными в программе Специальной Олимпиады?

а) тяжелая атлетика, волейбол, борьба, легкая атлетика;

б) боулинг (кегли), гандбол, футбол, катание на роликовых коньках;

с) горные лыжи, фигурное катание, гольф, конькобежный спорт;

д) баскетбол, настольный теннис, бадминтон, гимнастика.

11. Перечислите запрещенные виды спорта в специальном олимпийском движении.

а) бокс, фехтование, стрельба, каратэ;

б) велосипедный спорт маунтенбайк, гребля академическая, бобслей;

с) спортивная акробатика, скалолазание, спортивное ориентирование;

д) армспорт, бадминтон, баскетбол.

12. Какие классификационные признаки разделения спортсменов на классы используются в адаптивном спорте?

а) по конкретному виду адаптивного спорта или их группе;

б) в каждом паралимпийском виде спорта определяется комитетом (комиссией) по этому виду спорта;

с) по двум направлениям – медицинскому и по спортивнофункциональному;

Документ подписан электронной подписью.

d) по виду заболевания, инвалидности и модели соревновательной деятельности, которую он реализует.

13. Каковы основные типы поражений, при наличии которых спортсмен имеет право принимать участие в соревнованиях по паралимпийским видам спорта?

a) **поражение опорно-двигательного аппарата и зрения**

b) поражение опорно-двигательного аппарата, слуха, интеллекта;

c) поражение опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта;

d) поражение опорно-двигательного аппарата, трансплантаты (люди, перенесшие операции по пересадке с последующим приживлением тканей и органов).

14. Какие типы международных федераций по видам спорта курируют развитие паралимпийских видов спорта и спортивных дисциплин?

a) IWAS, CP-ISRA, IBSA;

b) SOI, INAS-FID, IPC, CISS, SOI;

c) **IPC, CISS, SOI;**

d) IWAS, CISS, IPC.

15. Перечислите основные отличительные черты адаптивного спорта.

a) использование традиционной модели соревновательной деятельности;

b) использование нетрадиционной модели соревновательной деятельности;

c) самоактуализация, максимально возможная самореализация своих способностей и сопоставление (сравнение) их со способностями других людей, имеющих подобные проблемы со здоровьем;

d) система классификации спортсменов, распределение их на классы для участия в соревновательной деятельности.

16. Какова роль адаптивного спорта в формировании сознательной способности ЛИН?

a) удовлетворение комплекса потребностей человека с отклонениями в состоянии здоровья;

b) повышение собственных показателей и показателей сверстников учреждения, в котором обучаются занимающиеся адаптивным спортом, затем установление рекорда региона, страны, континента и мира;

c) повышение уровня качества жизни;

d) формированием умений подчиняться общепринятым нормам поведения, с выполнением тех или иных социальных функций и ролей, с овладением навыками социально-бытовой ориентировки.

17. Перечислите основные группы жизненной компетентности детей с отклонениями в развитии.

a) **группы таких умений и навыков, позволяющих человеку перемещаться в пространстве, правильно ориентироваться во времени, определение времени заданных пространственных перемещений, преодоление различных препятствий, возможность перемещения груза, навыки выполнения упражнений пальцами и кистями рук;**

b) группы таких умений и навыков, позволяющих человеку перемещаться в пространстве, правильно ориентироваться во времени, определение времени заданных пространственных перемещений, преодоление различных препятствий, показатели моторного развития, навыки выполнения упражнений пальцами и кистями рук;

c) группы таких умений и навыков, позволяющих человеку перемещаться в пространстве, деятельность во время игры, определение времени заданных пространственных перемещений, преодоление различных препятствий, возможность перемещения груза, навыки выполнения упражнений пальцами и кистями рук;

d) группы таких умений и навыков, позволяющих человеку перемещаться в пространстве, правильно ориентироваться во времени, определение времени заданных пространственных перемещений, преодоление различных препятствий, возможность перемещения груза, отбор предметов заданной формы.

Документ подписан электронной подписью.

18. Как правильнее говорить - «воспитывать» или «развивать» физические способности?

- a) воспитывать;
- b) развивать;**
- c) оба варианта правильные;
- d) оба варианта неправильные;

19. Какие физические упражнения можно отнести к «автономным»?

- a) упражнения с самосопротивлением;**
- b) упражнения с одним снарядом;
- c) упражнения, выполняемые без помощи;
- d) упражнения, выполняемые на свежем воздухе.

20. Что оценивается при тестировании занимающихся с помощью императивных тренажеров? В чем отличие этого вида тестирования от традиционного?

21. Какие формы организации занятий используются в адаптивной физической культуре?

- a) Урочные и неурочные
- b) урочные, неурочные и внекласные**
- c) урочные и внекласные
- d) урочные, неурочные, внекласные и специфические

22. Какие варианты домашних заданий применяются в адаптивной физической культуре?

- a) упражнения на развитие мелкой моторики, активизацию речи и познавательной деятельности, исправление осанки, закаливание;
- b) составление индивидуальных планов занятий, выполнение самоконтроля осанки, утрення зарядка, закаливание;

c) специальные коррекционные упражнения, подвижные и малоподвижные игры на укрепление организма в целом, развитие мелкой моторики, активизацию речи и познавательной деятельности, исправление осанки, закаливание;

- d) специальные коррекционные упражнения, подвижные и малоподвижные игры на укрепление организма в целом, выполнение самоконтроля осанки, утрення зарядка, закаливание.

23. Что такое физическая реабилитация?

- a) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

b) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребность индивида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности).

- c) компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

- d) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

24. В чем заключается физическая реабилитация больных с переломами лучевой кости в типичном месте?

- a) На занятиях обращают внимание на сгибание и разгибание пальцев кисти, так как при этом переломе может затрудниться работа сухожилий пальцев, используют**

Документ подписан электронной подписью.

идеомоторные упражнения и изометрическое напряжение мышц плеча и предплечья, чередуя его с расслаблением.

b) выполняются сгибание, разгибание, отведение и приведение в плечевом суставе с помощью гимнастических палок, выполнение движений во всех других суставах обеих рук, ног, упражнения для корпуса.

c) репозиции обломков (особенно при их смещении), иммобилизации гипсовой повязкой от основания пальцев до верхней трети плеча

d) все варианты верны

25. На каком этапе онтогенеза закладываются физиологические изгибы позвоночника?

a) **грудной возраст**

b) раннее детство

c) первое детство

d) подростковый возраст

26. Охарактеризуйте правильную осанку школьника.

a) голова немного наклонена вперед, плечевой пояс незначительно смещен кпереди, не выступая за уровень грудной клетки (в профиль), лопатки слегка выступают, линия грудной клетки плавно переходит в линию живота, который выступает на 1—2 см, физиологические изгибы позвоночника выражены слабо;

b) голова незначительно наклонена вперед, плечи — на одном горизонтальном уровне, лопатки прижаты к спине, живот выпячен, физиологические изгибы позвоночника умеренно выражены;

c) вертикальное расположение головы и туловища при выпрямленных ногах, плечи опущены, лопатки прижаты к туловищу, грудная клетка симметрична;

d) остистые отростки расположены по средней линии. треугольники талии также хорошо выражены и симметричны. При осмотре сбоку правильная осанка характеризуется несколько приподнятой грудной клеткой и подтянутым животом, выпрямленными нижними конечностями, умеренно выраженными физиологическими изгибами позвоночника. Ось тела проходит через ухо, плечевой и тазобедренный сустав и середину стопы.

27. Перечислите и охарактеризуйте три группы сколиозов

a) I—III степени;

b) дискогенные, статические (гравитационные) и нейромышечные (паралитические)

c) торсионный, структурный и функциональный

d) простые, сложные, сочетанные

28. Охарактеризуйте вторую-третью степени сколиоза.

a) характеризуется простой дугой искривления, позвоночный столб при этом напоминает букву С. Клинически определяется небольшая асимметрия частей туловища: лопаток, надплечий, треугольников талии (пространство, образуемое между талией и внутренней поверхностью свободно висящей руки больного). Линия остистых отростков слегка искривлена;

b) на стороне искривления — надплечье выше другого, может определяться небольшой мышечный валик. На рентгенограмме — угол Кобба (угол искривления) до 10°, намечается (а иногда уже определилась) торсия позвонков в виде небольшого отклонения остистых отростков от средней линии и асимметрия корней дужек;

c) деформации носят стойкий характер. При переходе в горизонтальное положение и при активном вытяжении полного исправления кривизны искривления добиться невозможно. Рентгенологически отмечаются выраженная торсия и небольшая клиновидная деформация позвонков, угол Кобба — от 10 до 40°;

d) деформация позвоночника и грудной клетки становится грубой и фиксированной. У больных ярко выражены передний и задний реберные горбы, деформация таза, грудной клетки. Наблюдается резкое нарушение функции органов грудной клетки, нервной системы и всего организма в целом. Угол Кобба на рентгенограмме — более 40°.

Документ подписан электронной подписью.

29. Что такое плоскостопие?

а) это длительно существующая патологическая деформация ноги, приводящая к постоянному болевому синдрому при ходьбе;

б) деформацию стопы, заключающуюся в уменьшении высоты продольных сводов в сочетании с пронацией пятки и супинационной контрактурой переднего отдела стопы;

с) дефект стопы, выраженный в искривлении сводов и оси стопы;

д) снижение свода стопы и ее искривление оси.

30. Какие группы физических упражнений используются в реабилитации детей с

ДЦП?

а) принятие правильной осанки у опоры со зрительным контролем; упражнения в различных исходных положениях перед зеркалом;

б) упражнения для развития и тренировки основных возрастных двигательных навыков: ползание, лазание (по скамейке), бег, прыжки (вначале на мини-батуте), метания; упражнения в движении с частой сменой исходного положения;

с) —игровые упражнения: «как я одеваюсь», «как я причесываюсь»;

д) **все варианты верны**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

| | |
|---------------------------|--|
| Общий статус подписи: | Подпись верна |
| Сертификат: | 4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E |
| Владелец: | 1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2 |
| Издатель: | ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru |
| Срок действия: | Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03 Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03 |
| Дата и время создания ЭП: | 07.04.2022 13:02:01 UTC+03 |