Департамент образования и науки города Севастополя
Государственное бюджетное образовательное учреждение профессионального образования
города Севастополя «Севастопольский профессиональный художественный колледж»
Ресурсный учебно-методический центр среднего профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУПО СПХК
_____С.И. Еременко
от «___» _____ 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА КУРСОВ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ПОДХОДОВ И ТЕХНОЛОГИИ ПРИМЕНЕНИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (АФК) В РАБОТЕ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И С ОВЗ, В ТОМ ЧИСЛЕ В ИНКЛЮЗИВНЫХ ГРУППАХ

Срок обучения 36 часов

Разработчик: руководитель РУМЦ СПО

Севастополь 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ 3
2. ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ 4
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК …….....7
4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН 8
5. РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ……..,… ……... 9
6. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ УЧЕБНОГО ПЛАНА ТИПОВОЙ ПРОГРАММЫ..... …… 9
7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА..... 12
8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ТИПОВОЙ ПРОГРАММЫ 12
9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....…….13
10. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ…….....…….…….. ….13
11. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПА ……14
12. ПРИМЕРНЫЕ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ……..18
13. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ ……..…….....23

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Дополнительная профессиональная программа курсов повышения квалификации по совершенствованию подходов и технологии применения адаптивной физической культуры (АФК) в работе с обучающимися инклюзивных групп профессионального образования разработана в соответствии с нормами Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон № 273-ФЗ) и с учетом требований Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196, Уставом Государственного бюджетного образовательного учреждении профессионального образования города Севастополя «Севастопольский профессиональный художественный колледж» (далее – Колледж), профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (Регистрационный номер 1507) по виду профессиональной деятельности 05.015 Физкультурно-спортивное воспитание и подготовка по видам адаптивного спорта детей и взрослых с ограниченными возможностями здоровья, в том числе инвалидов (далее - ОВЗИ) и в соответствии с методическими рекомендациями, утвержденными ФГБОУ ДПО ИРПО от 23.03.2023 № 2.

2. Программа предназначена для повышения квалификации преподавателей физической культуры, адаптированной физической культуры, руководителей физвоспитания, тренеров и других педагогических работников, работающих с инвалидами или лицами с особыми возможностями здоровья (далее – слушатели). Обучение педагогических работников проводится по дополнительной профессиональной программе (программе повышения квалификации), разработанной ГБОУПО СПХК, осуществляющего образовательную деятельность и имеющей статус ресурсного учебно-методического центра в системе среднего профессионального образования (далее – РУМЦ СПО).

3. Программа построена на модульном принципе представления содержания обучения и построении учебных планов, которые позволяют обеспечить дифференцированный подход к проведению подготовки слушателей с учетом их образования, квалификации и опыта.

4. Срок освоения Программы - 36 часов, в том числе практической части - 18 часов.

5. В целях учета региональной специфики реализации Программы в городе Севастополе и современных образовательных технологий РУМЦ СПО, вправе:

увеличивать объем данной дополнительной профессиональной программы (программы повышения квалификации), в зависимости от потребностей группы слушателей КПК;

изменять соотношение учебной нагрузки между модулями, включенными в учебный план.

6. Для получения слушателями знаний и умений программой предусматривается проведение РУМЦ СПО, теоретических и практических занятий, а для оценки степени и уровня освоения обучения – проведение итоговой аттестации.

7. Слушателями являются лица, имеющие высшее образование или получающие высшее образование. Требования к опыту практической работы: не менее одного года в области физической и (или) адаптивной физической культуры и (или) адаптивного спорта с учетом опыта спортивного добровольчества (волонтерства)

8. Форма обучения слушателей – очно-заочная, с элементами дистанционного обучения, определена РУМЦ СПО ГБОУПО СПХК.

9. Структура программы соответствует структуре, рекомендованной методическими рекомендациями ФГБОУ ДПО ИРПО от 23.03.2023 № 2 и включает следующие разделы: общие положения, цель и планируемые результаты повышения квалификации, учебный план, календарный учебный график, содержание модулей учебного плана, рабочую программу, организационно-педагогические условия реализации программы, формы аттестации, условия реализации программы, оценку качества освоения программы, особенности адаптации образовательной программы для лиц с ОВЗ.

2. ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

10. Целью Программы является повышение профессионального уровня педагогов в рамках имеющейся квалификации, направленные на совершенствование и получение ими новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности педагогических работников в области физической и (или) адаптивной физической культуры и (или) адаптивного спорта с учетом опыта спортивного добровольчества (волонтерства).

11. В результате обучения слушатели приобретают знания, навыки и практические умения, необходимые для качественного совершенствования профессиональных компетенций, в т.ч. организация и проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по видам адаптивного спорта обучающихся с ОВЗ.

12. Изучение Программы направленно на совершенствование у слушателей общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных компетенций (ПК), соответствующих должностным обязанностям и трудовым функциям педагогических работников. Перечень компетенций, рекомендованных к освоению слушателями в ходе реализации Программы, а также технологии их формирования и оценки представлены в Таблице1.

Таблица 1.

№ п/п	Наименование компетенции	05.015 Физкультурно-спортивное воспитание и подготовка по видам адаптивного спорта детей и взрослых с ОВЗ, в том числе инвалидов	Технологии формирования компетенции	Средства и технологии оценки
1.	Способен организовывать и планировать мероприятия (занятия) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ с учетом адаптированных программ по физической культуре	ОПК-3	Лекции, практические занятия, самостоятельная работа	Тестирование
2.	Способен осуществлять контроль и оценку уровня развития физических, волевых качеств, степени владения техникой физических упражнений, составляющих основу физкультурно-спортивной деятельности студентов с ОВЗ	ОПК-5	Лекции, практические занятия, самостоятельная работа	Тестирование
3.	Способен использовать психолого-педагогические технологии в проф. деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, коррекции и совершенствовании плановых мероприятий в том числе деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6	Лекции, практические занятия, самостоятельная работа	Тестирование

13. Планируемые результаты обучения по Программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, определённым Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования (утв. приказом Минздравсоцразвития РФ от 26.08.2010 №761н) и профессиональным стандартом «Специалист в области воспитания» (утв. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 10 января 2017 г. № 10н) в Таблице 2.

Таблица 2.

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
1	**2**	**3**	**4**
Код С Деятельность по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по видам адаптивного спорта студентов с ОВЗ	Планирование мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию или подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗ с учетом адаптированных программ по физической культуре	С/01.6	Анализ и изучение факторов и условий учебной и будущей профессиональной деятельности, противопоказаний к выполнению физических упражнений и ограничений по двигательным режимам студентов с ОВЗ. Долгосрочное и краткосрочное планирование занятий (в том числе инклюзивных) по адаптированной программе по физической культуре, физкультурно-спортивных мероприятий/ занятий студентов с ОВЗ с учетом условий образовательного процесса. Разработка программ физкультурно-спортивных мероприятий для студентов с ОВЗ. Планирование занятия по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗ.
	Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗ	С/02.6	Систематическая оценка уровня развития физических, волевых качеств, степени владения техникой физических упражнений, составляющих основу физкультурно-спортивной деятельности студентов с ОВЗ. Оценка реабилитационного потенциала студентов с ОВЗ. Проведение занятий со студентами с ОВЗ по видам адаптивной физической культуры (по нозологиям), по спортивным дисциплинам программ паралимпийских и сурдолимпийских игр. Формирование у студентов с ОВЗ умений и навыков здорового образа жизни, соблюдения режима дня, сочетания образовательной и физкультурно-спортивной деятельности. Проведение со студентами с ОВЗ занятий по видам спортивной подготовки (физической, технической, тактической, психологической). Проведение занятий с использованием технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств. Обучение навыкам оказания физической помощи, страховки и самостраховки. Формирование мотивации к физкультурно-спортивной деятельности/достижению спортивных результатов. Консультирование законных представителей студентов с ОВЗ по вопросам физкультурно-спортивного воспитания/подготовки по видам адаптивного спорта. Использование информационных, аналитических систем, электронных и технических устройств при проведении занятий по физкультурно-спортивному воспитанию.
	Анализ текущих процессов и контроль результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗ, коррекция и совершенствование плановых мероприятий	С/03.6	Мониторинг результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ. Анализ результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ. Определение достигнутого уровня физического развития и физической, технической, тактической, теоретической, психологической, студентов с ОВЗ. Анализ результатов соревнований и оформление документов для присвоения студентам с ОВЗ спортивных разрядов или спортивных званий. Отбор и подготовка спортивного резерва в виде адаптивного спорта из числа перспективных для адаптивного спорта студентов с ОВЗ. Консультирование студентов с ОВЗ по вопросам физкультурно-спортивного развития и (или) совершенствования в виде адаптивного спорта.

14. В результате освоения Программы слушатель должен:

Знать:

теорию и организацию адаптивной физической культуры;

технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

частные методики адаптивной физической культуры для занятий со студентами с ОВЗ;

противопоказания к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам для обучающихся с ОВЗ;

методики планирования мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и (или) подготовке по виду адаптивного спорта обучающихся с ОВЗ;

методики разработки адаптированных программ по физической культуре;

нормативы испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;

порядок и правила работы с техническими средствами реабилитации инвалидов;

правила видов адаптивного спорта;

методы контроля и самоконтроль физического развития и состояния здоровья;

методики оценки реабилитационного потенциала обучающихся с ОВЗ;

медицинские основы адаптивной физической культуры;

основы методики оценки и коррекции телосложения;

параметры, характеристики и правила использования специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств для занятий со студентами с ОВЗ;

базовые и новые виды тренажеров и технических средств для лиц с ОВЗ;

классификацию инклюзивных занятий в адаптивной физической культуре;

правила организации работы со студентами с ОВЗ с учетом нарушенных функций организма и ограничений жизнедеятельности;

приемы оказания физической помощи и страховки, методики самостраховки;

условия образовательного процесса студентов с ОВЗ;

программа летних и зимних паралимпийских игр, сурдлимпийских игр;

мероприятия, направленные на воспитание самоконтроля и отказа от применения допинга для студентов с ОВЗ;

требования к разработке адаптированных образовательных программ для инвалидов и лиц с ОВЗ.

Уметь:

анализировать факторы и условия учебной деятельности, выявлять противопоказания к выполнению физических упражнений и ограничения по двигательным режимам обучающихся с ОВЗ;

использовать соответствующие психофизиологическому развитию, сформированности умений и навыков обучающихся с ОВЗ средства и методы адаптивной физической культуры для планирования мероприятий (занятий);

разрабатывать адаптированную программу по физической культуре с учетом общеразвивающей, спортивной и практико-ориентированной направленностей и ресурсов адаптивной физической культуры;

разрабатывать мероприятия по физкультурно-спортивному воспитанию обучающихся с ОВЗ с учетом особенностей их учебной и будущей профессиональной деятельности, абсолютных и относительных противопоказаний к видам и режимам двигательной активности;

составлять план занятия по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ, включая: учебно-тренировочные и воспитательные занятия, методические занятия, организационные занятия, диагностические занятия, занятия по ведению мониторинга, физкультурно-оздоровительные занятия, спортивные занятия;

разрабатывать программы физкультурно-спортивных мероприятий для студентов с ОВЗ;

оценивать уровень развития физических, волевых качеств, степени владения техникой физических упражнений, составляющих основу физкультурно-спортивной деятельности обучающихся с ОВЗ на основе системы показателей;

применять методики оценки реабилитационного потенциала;

проводить занятия по видам адаптивной физической культуры, включенным во Всероссийский реестр видов спорта, по спортивным дисциплинам программ паралимпийских и сурдолимпийских игр;

формировать и развивать у студентов с ОВЗ умения и навыки здорового образа жизни, соблюдения режима дня, сочетания образовательной и физкультурно-спортивной деятельности;

проводить мероприятия (занятия) в доступной форме, включая открытые и (или) дистанционные с применением соответствующих средств и сервисов;

применять частные методики, средства и технологии адаптивной физической культуры и спорта, включающие: физические и идеомоторные упражнения, технические средства и тренажеры, искусственные физические факторы, естественно-средовые и гигиенические средства;

контролировать физическую нагрузку и методы воздействия на организм студента с ОВЗ с учетом нарушенных функций организма и ограничения жизнедеятельности, функциональных возможностей и психофизиологических особенностей;

формировать и закреплять у студентов с ОВЗ умения и навыки оказания физической помощи, страховки и самостраховки;

использовать педагогические технологии и способы проверки знаний по теоретической подготовке, правил вида адаптивного спорта, безопасного поведения и техники безопасности у студентов с ОВЗ;

проводить анализ результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ с использованием методов статистической обработки эмпирических данных;

анализировать результаты соревнований и оформлять документы для присвоения студентам с ОВЗ спортивных разрядов и спортивных званий;

вести отчетную документацию о выполнении плановых мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию, в том числе с применением информационных систем, используемых в области физической культуры и спорта;

использовать методы консультирования; взаимодействовать с обучающимися с инвалидностью и ОВЗ различных нозологических групп.

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

15. 36 часов (10 лекций, 12 практических и семинарских, 2 зачет) – очно-дистанционные занятия реализуются в течение 10 дней, с 20 по 31 января 2023 года, по 2-4 академических часа (2 пары) в день, по расписанию, во второй половине дня, для удобства слушателей. Все лекционные занятия (лекции, семинары, часть практических) проводятся дистанционно или в форме вебинаров. Часть практических занятий проводится в кабинете адаптивной физкультуры колледжа. Самостоятельных работ – 14 часов, в том числе промежуточная и итоговая аттестации.

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Дни Модули	1	2	3	4	5	6	7	
1								
2								
3								
ИА								

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

16. Учебный план Программы «Совершенствование подходов и технологии применения адаптивной физической культуры (АФК) в работе с обучающимися инклюзивных групп профессионального образования», определяет перечень, последовательность, общую трудоемкость разделов и формы контроля знаний (таблица 3).

Образовательная деятельность слушателей предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции (Л), практические занятия (ПЗ), самостоятельную работу (СР), итоговую аттестацию (в форме, определяемой организацией, осуществляющей образовательную деятельность, самостоятельно).

Таблица 3.

№ п/п	Наименование разделов, (модулей) и тем	Объем программы в академических часах				Формы контроля
		Всего	Л	ПЗ	СР	
Модуль 1. Планирование и организация мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию обучающихся с ОВЗ с учетом АП по физической культуре	Тема 1. Методы контроля физического развития и состояния здоровья. Самоконтроль.	**16** 6	**4** 2	**6** 2	**6** 2	тестирование
	Тема 2. Основы методики оценки и коррекции телосложения	6	2	2	2	
	Тема 3. Организация и планирование мероприятий/ занятий. Документация преподавателя АФК.	4		2	2	
Модуль 2. Проведение мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ	Тема 4. Проведение занятий по видам адаптивной физической культуры	**12** 6	**2** 0	**6** 4	**4** 2	тестирование
	Тема 5. Технические средства реабилитации инвалидов. Тренажеры.	6	2	2	2	
Модуль 3. Анализ и контроль мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию, коррекция результатов и совершенствование плановых мероприятий.	Тема 6. Нормативы испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ОВЗ. Паралимпийские игры.	**6** 2	**4** 2	**0** 0	**2** 0	тестирование
	Темы 7. Мониторинг и коррекция результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ.	4	2	0	2	
4 Итоговая аттестация		**2**	0	0	2	тестирование
Итого часов		**36**	10	12	14	

5. РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

курсов повышения квалификации по дополнительной профессиональной программе «Совершенствование подходов и технологии применения адаптивной физической культуры (АФК) в работе с обучающимися инклюзивных групп профессионального образования»

№	Дни проведения занятий, количество часов	начало занятий	окончание занятий	База проведения
1.	Лекционные занятия (дистанционно, вебинары)			
	1 (2 часа) Тема 1	14.00	17.10	ГБОУ ПО СПХК (ул. Макарова, 33), онлайн-платформа Pruffme
	2 (2 часа) Тема 2	14.00	17.10	
	5 (2 часа) Тема 5	14.00	17.10	
	6 (2 часа) Тема 6	14.00	17.10	
2.	Практические работы (очно, очно-дистанционно, семинар)			
	1 (2 часа) Тема 1	14.00	17.10	ГБОУ ПО СПХК (ул. Макарова, 33), кабинет адаптивной физкультуры, онлайн-платформа Pruffme
	2 (2 часа) Тема 2	12.20	13.50	
	3 (2 часа) Тема 3	12.20	17.10	
	4 (4 часа) Тема 4	14.00	17.10	
	5 (2 часа) Тема 5	14.00	17.10	
3.	Самостоятельная работа 14 часов (заочно)			4. -очно-дистанционные занятия (лекции, семинары, практические) – 1,2,3,5,7 день, всего **16 часов**, - очные практические занятия в колледже – 4 и 5 день, всего **6 часов**; - самостоятельные работы (заочно) – всего **14 часов**
	1 (2 часа) Тема 1			
	2 (2 часа) Тема 2			
	3 (2 часа) Тема 3			
	4 (2 часа) Тема 4			
	5 (2 часа) Тема 5			
	7 (2 часа) Тема 7			
	8 (2 часа) Итоговая аттестация			

6. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПРОГРАММЫ

МОДУЛЬ 1.

ПЛАНИРОВАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ/ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ С УЧЕТОМ АДАПТИРОВАННОЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

Тема 1. Методы контроля физического развития и состояния здоровья. Самоконтроль.

ЛЕКЦИЯ 2 часа: Самоконтроль. Самочувствие. Аппетит. Работоспособность. Исследование пульса. Ортостатическая проба. Клиностатическая проба. Методика ортостатической и клиностатической пробы. Жизненная ёмкость лёгких. Вес. Мышечная сила. Исследование функционального состояния нервной системы. Анамнез. Объективное исследование. Исследование двигательного анализатора. Сухожильные рефлексы. Исследование нарушений динамической координации (атаксии). Пальце-носовая проба. Пальце-пальцевая проба. Пяточно-коленная проба. Исследование нервно-мышечного аппарата. Тейпинг-тест. Динамометрия. Сила мышц спины. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Общеклинические методы исследования. Исследование функционального состояния системы внешнего дыхания. Исследование жизненной ёмкости лёгких. Проба Розенталя. Проба Генчи. Проба Штанге.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2 часа: Проведение Тейпинг-теста. Выполнение теста для определения индекса Руфье-Диксона. Пробы Розенталя, Генчи, Штанге

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Дневник самоконтроля.

Тема 2. Основы методики оценки и коррекции телосложения

ЛЕКЦИЯ 2 часа: Основные критерии оценки телосложения, визуальные и аппаратурные методы оценки. Методы оценки. Визуальный метод. Соматоскопия. Условия проведения исследования. Осанка. Положение головы. Плечевой пояс. Позвоночник. Форма спины. Кругло-вогнутая спина. Круглая спина. Плоская спина. Плосковогнутая спина. Сколиоз. Грудная клетка. Форма живота. Форма рук. Форма ног. Стопы. Подвижность суставов. Развитие мускулатуры. Упитанность. Состояние наружных покровов. Характер. Астенический тип. Гиперстенический тип. Нормостенический тип. Аппаратурный метод. Антропометрия. Рост стоя. Рост сидя. Длина ног. Длина рук. Ширина плеч. Ширина таза. Измерение окружностей тела. Окружность шеи. Окружность груди. Экскурсия. Окружность талии. Окружность плеча. Окружность бедра. Окружность голени. Толщина жировой складки. Оценка физического развития методом индексов. Индекс Брока-Бругша. Индекс Кетле. Индекс Пинье. Задачи коррекции телосложения.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2 часа: Апробация методов оценки и коррекции телосложения. Оценивание толщины подкожной жировой клетчатки. Расчет индексов. Данные расчетов записать в дневник самоконтроля. Заполнение Протоколов.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Подбор комплексов упражнений для коррекции телосложения.

Тема 3. Организация и планирование мероприятий/занятий. Документация преподавателя АФК.

СЕМИНАР 2 часа: Общие сведения об АОПОП. Алгоритм разработки рабочей программы АФК. Адаптированный Учебный план. Программа физкультурно-спортивных мероприятий для студентов с ОВЗ. Поурочно-тематический план. Планирование занятий по АФК.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Разработка адаптированной рабочей программы АФК.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме тестирования.

ИТОГО ПО 1 МОДУЛЮ:

лекции – 4 часа,

практические занятия – 6 часов,

самостоятельные работы – 6 часов.

МОДУЛЬ 2.

ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ/ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ С ОВЗ

Тема 4. Проведение занятий по видам адаптивной физической культуры

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ 4 часа: Проведение занятий со студентами с ОВЗИ по видам адаптивной физической культуры. Занятие по видам спортивной подготовки (физической, технической, тактической, психологической, теоретической, технико-конструкторской и интегральной). Правила видов адаптивного спорта, нормы и требования Единой всероссийской спортивной классификации. Обучение навыкам оказания физической помощи, страховки и самостраховки. Обучение умениям и навыкам судейства спортивных соревнований по виду адаптивного спорта/спортивным дисциплинам и привлечение обучающихся с инвалидностью к судейству соревнований.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Изучение координации действий работников в сфере адаптивной физической культуры при проведении мероприятий/занятий по физкультурно-спортивному воспитанию.

Тема 5. Технические средства реабилитации инвалидов. Тренажеры.

ЛЕКЦИЯ 2 часа: Методики оценки реабилитационного потенциала студентов с ОВЗ. Теория и организация адаптивной физической культуры. Параметры, характеристики и правила использования специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств для занятий со студентами с ОВЗ. Порядок применения технических средств реабилитации, спортивного оборудования и тренажеров для инвалидов. Номенклатура технических средств реабилитации инвалидов.

Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими сложные (сочетанные) поражения.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2 часа: Использование технические средства реабилитации инвалида, специализированные спортивные снаряды и тренажеры, спортивное оборудование, электронные и технические устройства в условиях проведения занятий со студентами с ОВЗ. Использовать основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных коррекционных педагогических технологий при обучении упражнениям и применению технических средств реабилитации, специализированных спортивных снарядов и тренажеров, спортивного оборудования, электронных и технических устройств.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Использование информационных, аналитических систем, электронных и технических устройств при проведении мероприятий/занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и/или подготовке по виду адаптивного спорта обучающихся с ОЗВ.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме тестирования.

ИТОГО ПО 2 МОДУЛЮ:

лекции – 2 часа,

практические занятия – 6 часов,

самостоятельные работы – 4 часа.

МОДУЛЬ 3.

АНАЛИЗ И КОНТРОЛЬ МЕРОПРИЯТИЙ (ЗАНЯТИЙ) ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ВОСПИТАНИЮ, КОРРЕКЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПЛАНОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Тема 6. Нормативы испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ОВЗ. Паралимпийские игры.

ЛЕКЦИЯ 2 часа: Методические рекомендации разработаны в соответствии со ст. 31.1 Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (далее - Федеральный закон) для организации мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - участники, тестируемые) нормативов испытаний (тестов) государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) (глава II), утвержденных приказом Минспорта России от 12.02.2019 N 90 (далее - государственные требования комплекса ГТО). Общий порядок организации тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. Последовательность тестирования по выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. I. Перечень испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития физических качеств, двигательных способностей для инвалидов и лиц с интеллектуальными нарушениями, нарушением слуха, нарушением зрения (для лиц с остаточным зрением, для лиц тотально слепых). II. Перечень испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития физических качеств, двигательных способностей для инвалидов и лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА) (с поражением верхних конечностей, с поражением нижних конечностей, с травмами позвоночника и поражением спинного мозга, с церебральным параличом, с низким ростом). I. Рекомендации по организации тестирования лиц с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха, с нарушением зрения. 1. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества быстроты (скоростные возможности). 1.1. Бег на 30, 60, 100 метров (с). 2. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества выносливости. 2.1. Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м (для лиц с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха). 2.2. Смешанное передвижение. Техника выполнения испытания. 2.3. Скандинавская ходьба. Техника выполнения испытания. 2.5. Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени, км).

2.6. Смешанное передвижение по пересеченной местности (без учета времени). 2.7. Плавание без учета времени или плавание на 50 м (мин, с). 2.8. Прыжки на месте (количество раз) (для лиц тотально слепых). 2.9. Бег на месте (мин, с) (для лиц тотально слепых). 2.10. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз) (для лиц с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха). 3. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества силы. 4. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития физического качества гибкость. 5. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей. 6. Порядок организации выполнения испытаний (тестов) по определению уровня развития координационных способностей. Требования к участникам испытания. Порядок проведения тестирования.

Тема 7. Мониторинг и коррекция результатов мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию студентов с ОВЗ.

ЛЕКЦИЯ 2 час: Анализ и оценка результатов занятий по физкультурно-спортивному воспитанию. Определение достигнутого уровня физического развития и физической, технической, тактической, теоретической, психологической, технико-конструкторской и интегральной подготовленности студентов с ОВЗ. Анализ результатов соревнований и оформление документов для присвоения студентам с ОВЗ спортивных разрядов или спортивных званий.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА 2 часа: Составление отчетной документации о проведении мероприятий/занятий по физкультурно-спортивному воспитанию и/или подготовке по виду адаптивного спорта студентов с ОВЗ, в том числе с применением информационных систем в области физической культуры и спорта.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме тестирования.

ИТОГО ПО 3 МОДУЛЮ:

Лекции - 4 часа,

практические занятия - нет,

самостоятельные работы - 2 часа.

Итоговая аттестация 2 часа

Оценка качества освоения всей Программы осуществляется в форме итоговой аттестации слушателей. Итоговая аттестация осуществляется по итогам тестирования и выполнения практических заданий.

7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

17. Рабочая программа КПК разработана специалистами РУМЦ СПО, с учетом содержания модулей учебного плана, в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», вид деятельности 05.015 и методическими рекомендациями ФМЦИО.

8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

18. Реализация Программы обеспечивает совершенствование и (или) получение новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности слушателей.

19. Реализация Программы, обеспечивается педагогическими кадрами РУМЦ СПО в рамках сетевого взаимодействия.

20. Обучение очно-дистанционное, с применением дистанционных педагогических технологий, методы контроля и управления образовательным процессом определены РУМЦ СПО самостоятельно.

21. РУМЦ СПО ГБОУПО СПХК располагает материально-технической базой и учебно-методическими материалами для реализации Программы.

9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

22. Реализация Программы обеспечивает приобретение слушателями знаний и умений, необходимых для освоения компетенций, необходимых для работы с обучающимися с инвалидностью и ОВЗ в ходе реализации программы адаптивной физической культуры.

23. Выбор методов обучения для каждого занятия определялся преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности слушателей, степенью сложности излагаемого материала, наличием и состоянием учебного оборудования, технических средств обучения, местом и продолжительностью проведения занятий.

24. Теоретические занятия проводятся с целью изучения нового учебного материала. Изложение материала проводится в форме, доступной для понимания слушателей, соблюдается единство терминологии, определений и условных обозначений, соответствующих международным договорам и нормативным правовым актам. В ходе занятий преподаватель соотносит новый материал с ранее изученным, дополняет основные положения примерами из практики, соблюдает логическую последовательность изложения.

25. Практические занятия проводятся с целью закрепления теоретических знаний и выработки у слушателей основных умений и навыков работы в ситуациях, максимально имитирующих реальные педагогические условия реализации основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования и профессионального обучения.

10. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

26. Оценка качества освоения Программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по каждому модулю в форме тестирования и выполнения практических работ.

27. Форма и оценочные материалы для текущего и промежуточного контроля, итоговой аттестации взаимосвязаны; нацелены на проверку достижения планируемых результатов обучения; максимально отражают применение содержания обучения в профессиональной деятельности.

28. РУМЦ СПО разработал открытую систему самооценивания в свободном доступе для всех слушателей курсов, при заполнении которой будет виден результат выполненных практических работ и результат продвижение по курсу, т.е. освоения программы. Эта система работы апробирована и удобна при подведении итогов.

Лица, не выполнившие практические задания, к итоговой аттестации не допускаются.

29. Освоение Программы завершается итоговой аттестацией, которая направлена на определение теоретической и практической подготовленности слушателей. Итоговая аттестация осуществляется в форме тестирования.

30. В соответствии с частью 3 и частью 10 статьи 60 Федерального закона № 273-ФЗ лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ о квалификации (удостоверение о повышении квалификации), оформляемый на бланке, установленного образец и зарегистрированный в системе ФИС ФРДО.

31. В соответствии с частью 12 статьи 60 Федерального закона № 273-ФЗ лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть Программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому образовательной организацией.

11. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИЙ

При проведении промежуточной аттестации в форме тестирования количество тестовых заданий варьируется в пределах от 15 до 25 вопросов, которые генерируются системой автоматически из банка вопросов. Тестовые задания формируются с учетом выбора одного правильного ответа.

Критерии оценивания тестирования при проведении промежуточной аттестации основываются на следующих пороговых значениях:

«зачтено» – 61 % и более правильных ответов;

«не зачтено» – 60 % и менее правильных ответов

ТЕСТ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (МОДУЛЬ 1)

Часть 1: Выбор одного варианта ответа

1. Какой из нижеперечисленных документов является основным для планирования занятий в АФК?

a) Рабочая программа

b) Журнал учета посещаемости

c) План-конспект занятия

d) Методические рекомендации

2. Сколько групп обычно рекомендуется включать в занятие по АФК для детей с инвалидностью?

a) 1

b) 5

c) 3

d) Зависит от уровня подготовки

3. Какой из следующих аспектов не является частью организационного процесса занятия?

a) Подбор оборудования

b) Оформление документов

c) Мониторинг здоровья обучающихся

d) Составление меню питания

Часть 2: Выбор нескольких вариантов ответа

4. Какие из следующих документов могут быть полезными для преподавателя АФК при планировании?

a) Программа курса

b) Учебный план

c) Индивидуальные планы реабилитации

d) Методические пособия

5. В каких случаях может понадобиться адаптировать план занятия?

a) Изменение числа обучающихся

b) Наличие различных форм инвалидности

c) Погодные условия

d) Психоэмоциональное состояние обучающихся

Часть 3: Заполнение пропусков

6. Преподаватель АФК должен вести **журнал**, в котором фиксируются все занятия, проведенные с обучающимися.

7. За адаптацию физических упражнений под конкретного обучающегося отвечает **преподаватель**.

8. **Планирование** является важным элементом в организации и планировании занятий, так как помогает определить цели и задачи.

ОТВЕТЫ: 1a; 2d; 3d; 4a,b,c,d; 5a,b,c; 6журнал; 7преподаватель; 8планирование

ТЕСТ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (МОДУЛЬ 2)

Часть 1: Выбор одного варианта ответа

1. Какой из следующих видов адаптивной физической культуры нацелен на развитие локомоторных функций у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата?

a) Плавание

b) Легкая атлетика

c) Спортивная гимнастика

d) Борьба

2. Какой из видов адаптивной физической культуры в основном используется для профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний?

a) Адаптивное плавание

b) Адаптивный фитнес

c) Адаптивный парусный спорт

d) Адаптивный теннис

3. Какой из следующих методов является наиболее распространенным для оценки физического состояния студентов на занятиях по адаптивной физической культуре?

a) Визуальная оценка

b) Осмотр врача

c) Тестирование по физической подготовке

d) Опрос родителей

4. Какое из следующих утверждений о тренажерах для инвалидов является верным?

a) Все тренажеры подходят для всех категорий инвалидов.

b) Тренажеры могут быть адаптированы под специфические нужды пациентов.

c) Тренажеры могут использоваться только в спортивных целях.

d) Тренажеры не требуют консультации специалиста перед использованием.

5. Какой тип тренажеров рекомендуется использовать для реабилитации людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата?

a) Кардиотренажеры

b) Силовые тренажеры

c) Балансировочные платформы

d) Все вышеперечисленные

6. Какой из следующих вариантов тренажеров наиболее эффективен для улучшения силы верхней части тела у инвалидов?

a) Велотренажер

b) Лежачий эллиптический тренажер

c) Гребной тренажер

d) Тренажер для отжиманий

Часть 2: Выбор нескольких вариантов ответа (Выберите все подходящие)

7. Какие из следующих методов могут быть использованы для адаптации занятий по физической культуре?

a) Изменение интенсивности упражнений

b) Введение дополнительных технических средств

c) Использование вспомогательных средств для передвижения

d) Модификация формы одежды

8. В каких ситуациях требуется индивидуальный подход к проведению занятий?

a) Наличие различных уровней подготовки у учащихся

b) Психоэмоциональное состояние ребенка

c) Смена времён года

d) Различные физические ограничения учащихся

9. Какие из перечисленных тренажеров могут быть использованы для реабилитации инвалидов с нарушениями слуха или зрения?

a) Специальные велотренажеры с тактильной обратной связью

b) Степперы

c) Тренажеры для групповых занятий

d) Адаптивные гребные тренажеры с аудиосигналами

10. Какие навыки можно развивать с помощью тренажеров в процессе реабилитации инвалидов?

a) Силу

b) Координацию

c) Гибкость

d) Психоэмоциональную устойчивость

Часть 3: Заполнение пропусков

11. Занятия по адаптивному плаванию помогают развивать **координацию** и **гибкость** у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

12. Один из главных принципов проведения занятий по адаптивной физической культуре — это **индивидуализация** в соответствии с возможностями и потребностями обучающихся.

13. Тренажеры для электрической стимуляции мышц используются для **укрепления** и **восстановления** мышечного тонуса у инвалидов.

14. Определение целью тренировки является важным этапом работы с тренажерами, поскольку оно позволяет **планировать**, и **контролировать** процесс реабилитации.

ОТВЕТЫ: 1a; 2b; 3c; 4b; 5a; 6c; 7a,b,c; 8a,b,d; 9a,d; 10a,b,c; 11координацию, гибкость; 12индивидуализация; 13укрепления, восстановления; 14планировать, контролировать

ТЕСТ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (МОДУЛЬ 3)

Часть 1: Выбор одного варианта ответа

1. Какой из следующих компонентов входит в нормативы комплекса ГТО для инвалидов?

a) Плавание

b) Паралимпийский спорт

c) Лыжные гонки

d) Все вышеперечисленное

2. Какой документ регламентирует проведение испытаний ГТО для инвалидов?

a) Устав Паралимпийских игр

b) Методические рекомендации

c) Нормативные акты Минтруда

d) Правила спортивных федераций

3. Какой из следующих видов спорта не относится к соревнованиям Паралимпийских игр?

a) Спортивная гимнастика

b) Парапауэрлифтинг

c) Паралимпийский теннис

d) Сноуборд

4. Какой из следующих методов наиболее часто используется для анализа мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию?

a) Опрос

b) Наблюдение

c) Написание отчетов

d) Все вышеперечисленное

5. Какой аспект является ключевым для коррекции результатов в процессе физкультурно-спортивного воспитания?

a) Время проведения

b) Индивидуальные особенности участников

c) Количество обучающих

d) Место проведения

6. Какой из следующих факторов не влияет на успех мероприятий по физкультурно-спортивному воспитанию?

a) Уровень подготовки инструкторов

b) Метеорологические условия

c) Количество медалей

d) Участие родителей

Часть 2: Выбор нескольких вариантов ответа

7. Какие из следующих аспектов важны для определения успешности участников ГТО? (Выберите все подходящие)

a) Уровень мотивации

b) Физическая подготовленность

c) Социальная поддержка

d) Уровень образования

8. Какие нормативы ГТО могут быть адаптированы для лиц с ОВЗ? (Выберите все подходящие)

a) Силовые испытания

b) Водные испытания

c) Психологические испытания

d) Выносливость

9. Какие методы могут использоваться для контроля выполнения плановых мероприятий? (Выберите все подходящие)

a) Тестирование

b) Анкетирование

c) Самоанализ

d) Фото- и видеозапись

10. Какие из следующих показателей лучше всего подходят для анализа эффективности занятий? (Выберите все подходящие)

a) Прогресс обучающихся

b) Уровень вовлеченности

c) Наполненность групп

d) Состояние оборудования

Часть 3: Заполнение пропусков

11. Паралимпийские игры проводятся каждые **четыре** лет.

12. Основная цель Паралимпийских игр — **интеграция** инвалидов в рамках международного спорта.

13. Для успешного анализа занятий необходимо собирать **данные** о каждом мероприятии.

14. Обратная связь от участников позволяет **корректировать** и **оптимизировать** планируемые мероприятия.

ОТВЕТЫ: 1b; 2b; 3a; 4d; 5b; 6c; 7a,b,c; 8a,d; 9a,b,c,d; 10a,b; 11четыре; 12интеграция; 13данные; 14корректировать и оптимизировать.

12. ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ.

При проведении итоговой аттестации в форме тестирования количество тестовых заданий варьируется в пределах от 45 до 75 вопросов, которые генерируются системой автоматически из банка вопросов и должны включать вопросы по всем модулям Программы. Тестовые задания формируются с учетом выбора одного правильного ответа.

Результаты итоговой аттестации оцениваются по стобалльной системе, исходя из следующих пороговых значений:

«отлично» – 86–100 % правильных ответов;

«хорошо» – 77–85 % правильных ответов;

«удовлетворительно» – 61–76 % правильных ответов;

«неудовлетворительно» – 60 % и менее правильных ответов.

1. Какое средство обеспечения доступности предназначено для создания условий предупреждения причинения вреда для лиц с нарушением зрения?
2. Может ли слабослышащий обучающийся пользоваться бесплатно услугами сурдопереводчика?
3. Кто разрабатывает адаптированную образовательную программу?
4. Как правильно себя вести при разговоре с глухим человеком?
5. Содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ОВЗ определяются каким документом?
6. Что относится к специальным условиями для получения образования обучающимися с ОВЗ?
7. Согласно Положению о психолого-медико-педагогической комиссии, специалисты ПМПК проводят обследование детей какого возраста?
8. Должна ли образовательная организация адаптировать программу в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) и индивидуальной программой реабилитации и абилитации инвалида (ИПРА)?
9. Что понимается под определением «тьюторство» в образовании?
10. Кем осуществляется тьюторское сопровождение в образовательной организации?
11. В рамках взаимодействия ПМПК-МСЭ-органов исполнительной власти субъектов в сфере образования, что входит в функции ПМПК?
12. Продолжите определение «Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – это?»
13. Продолжите определение «Обучающийся с инвалидностью – это?»
14. Перечислите и кратко охарактеризуйте принципы здоровьесбережения?
15. Как устанавливается статус обучающегося с ОВЗ?
16. Что означает принцип индивидуализации образования?
17. Что такое «ассистивные технологии»?
18. Перечислите средства альтернативной (дополнительной) коммуникации?
19. Что такое нозология?
20. Что такое абилитация?
21. Какие учебно-методические документы содержит в себе АОП СПО?
22. Что такое адаптационная дисциплина?
23. Изучение каких разделов предусматривается адаптированной образовательной программой?
24. Сколько выделяется степеней выраженности стойких нарушений функций организма человека?
25. Вспомогательное устройство это?
26. Назовите барьеры активности незрячего человека?
27. Охарактеризуйте расстройства аутистического спектра?
28. Что входит в виды комплексной реабилитации ребенка-инвалида?
29. Что такое альтернативная коммуникация?
30. Когда необходимо использовать альтернативную коммуникацию?

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

Часть 1: Выбор одного варианта ответа (1-20)

1. **Какова основная цель адаптивной физической культуры (АФК)?**

a) Поддержка традиционных видов спорта
b) Интеграция инвалидов в общество
c) Развитие физической активности и здоровья обучающихся с ОВЗ
d) Увеличение числа спортивных мероприятий

2. **Какой из следующих методов является основным в АФК?**

a) Индивидуализированный подход
b) Групповая работа
c) Дистанционное обучение
d) Тестирование

3. **Адаптивная физическая культура нацелена на людей с:**

a) Только физическими ограничениями
b) Ограничениями физического и психического здоровья
c) Только с психическими заболеваниями
d) Только со слуховыми нарушениями

4. **Какой из следующих видов спорта не считается адаптированным?**

a) Паралимпийская легкая атлетика
b) Сидячий волейбол
c) Адаптированный футбол
d) Адаптированный сноубординг

5. **Какой вид мониторинга наиболее актуален для оценки успеха АФК?**

a) Опрос
b) Наблюдение
c) Тестирование
d) Все вышеперечисленное

6. **Какой тип спорта наиболее подходит для новичков в АФК?**

a) Командные игры
b) Индивидуальные занятия
c) Упражнения с оборудованием
d) Все перечисленные

7. **Какой из методов применяется для коррекции физической подготовки в АФК?**

a) Групповые занятия
b) Индивидуальные тренировки
c) Лекции
d) Абстрактные упражнения

8. **Какой из показателей здоровья является самым важным для участников АФК?**

a) Уровень физической активности
b) Мышечная масса
c) Состояние сердечно-сосудистой системы
d) Концентрация в крови

9. **Какой фактор не учитывается при разработке программы АФК?**

a) Социальные факторы
b) Личные предпочтения
c) Степень инвалидности
d) Возраст участников

10. **Какой из следующих аспектов важен для успеха АФК?**

a) Регулярные занятия
b) Большое количество участников
c) Наличие спортивных достижений
d) Интенсивные тренировки

11. **Что из перечисленного не является характеристикой адаптивного спорта?**

a) Занятия под контролем тренера

b) Спортивные достижения

c) Полная независимость от окружающих

d) Обеспечение безопасности

12. **Кому лучше всего подходит метод "инклюзивного обучения"?**

a) Только лицам с ОВЗ

b) Все обучающиеся без исключения

c) Инвалидам разного уровня готовности

d) Только детям

13. **Какая из следующих характеристик является необходимой для работы с инклюзивными группами?**

a) Знание основ медицинской этики

b) Умение работать с различными группами

c) Назначение строгих правил поведения

d) Стремление к конкуренции

14. **Что включает в себя индивидуализированный подход в АФК?**

a) Общие занятия для всех

b) Персонализированные планы тренировок

c) Занятия только с тренером

d) Потерю индивидуальности

15. **Какой вид спорта считается более адаптированным для контакта с инвалидами?**

a) Футбол

b) Баскетбол

c) Пауэрлифтинг

d) Скейтбординг

16. **Кто является основным пользователем адаптивной физической культуры?**

a) Профессиональные спортсмены

b) Учителя физкультуры

c) Обучающиеся с ОВЗ

d) Все вышеупомянутые

17. **Какое основное преимущество адаптивной физической культуры?**

a) Улучшение физической формы

b) Снижение уровня стресса

c) Расширение социальных контактов

d) Все вышеперечисленное

18. **Что является основой создания программы АФК?**

a) Интересы тренеров

b) Положительные отзывы участников

c) Индивидуальные потребности участников

d) Максимизация нагрузок

19. **Какова основная цель инклюзивного обучения в АФК?**

a) Обеспечение спортивных условий

b) Создание комфортной атмосферу для всех

c) Увеличение физической нагрузки

d) Равенство в соревнованиях

20. **Как часто должны проводиться занятия АФК?**

a) Раз в месяц

b) Один раз в неделю

c) Как можно чаще, с учетом состояния участников

d) Каждую ночь

Часть 2: Выбор нескольких вариантов ответа (21-30) (Выберите все подходящие варианты)

21. **Какие из следующих методов могут использоваться для оценки физической подготовки?**

a) Тестирование

b) Опрос

c) Спортивные соревнования

d) Наблюдение

22. **При разработке программы АФК следует учитывать:**

a) Возраст

b) Уровень подготовленности

c) Психологические особенности

d) Личные интересы

23. **Каковы основные преимущества занятий АФК в инклюзивной групповой среде?**

a) Социальная интеграция

b) Укрепление дружеских связей

c) Изоляция отдельно от других

d) Улучшение самочувствия

24. **Какой из следующих факторов способствует успешному внедрению АФК?**

a) Обучение преподавателей

b) Поддержка администрации

c) Яркая реклама мероприятий

d) Наличие необходимого оборудования

25. **Какие из методов оценки могут использоваться для мониторинга образовательного процесса в АФК?**

a) Анкетирование

b) Оценка учащимися

c) Самооценка

d) Комплексные спортивные тесты

26. **Какой вид физической активности рекомендуется для людей с ограничениями по здоровью?**

a) Плавание

b) Йога

c) Силовые тренировки

d) Пробежки на длительные дистанции

27. **Какие аспекты важны для успешной работы с инклюзивными группами?**

a) Командный дух

b) Индивидуальные достижения

c) Эмоциональный климат

d) Конкуренция

28. **Какие формы оценки результативности функций АФК могут быть использованы?**

a) Статистические методы

b) Количественные сопротивления

c) Качественные измерения

d) Личностные достижения

29. **Что из перечисленного важно учитывать при организации занятия АФК?**

a) Время суток

b) Местоположение занятия

c) Психологический настрой участников

d) Дополнительные ресурсные затраты

30. **Какие из следующих методик мышления можно использовать при занятиях АФК?**

a) Метафорические карты

b) Мозговые штурмы

c) Диалоги

d) Дебаты

Часть 3: Заполнение пропусков (31-35)

31. Адаптивная физическая культура включает в себя **развитие** и **поддержание** физической активности.

32. Основным аспектом работы с инклюзивной группой является **индивидуальная** и **профессиональная** адаптация программ.

33. Ключевым элементом в АФК является **взаимодействие**, который формирует активное участие всех.

34. АФК направлена на **улучшение** здоровья, динамику и **активизацию** процесса реабилитации.

35 Общие цели АФК включают в себя **вовлечение** в старте разнообразных активностей и **использование** различных подходов.

Часть 4: Открытые вопросы (36-40)

 Опишите основные принципы работы с инклюзивными группами обучающихся в контексте АФК.

(Ответ будет зависеть от понимания участника.)

 Как вы планируете внедрять адаптивные методы в своей практике?

(Ответ будет зависеть от личного опыта участника.)

 Что вы считаете наиболее важным в процессе оценки участников АФК?

(Ответ будет зависеть от личного мнения участника.)

 Опишите, как улучшить мотивацию участников к занятиям адаптивной физической культурой.

(Ответ будет зависеть от личного восприятия.)

 Какие дополнительные ресурсы или знания вам нужны для более эффективной работы в области АФК?

(Ответ будет зависеть от личных потребностей.)

13. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»;
3. Методические рекомендации по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса (утв. Министерством образования и науки РФ 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн) – URL: https://base.garant.ru/70680520/ (дата обращения: 15.03.2020).

Основная литература:

1. Л.А. Садовникова. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие. Санкт-Петербург. Москва. Краснодар. Издательство Лань, 2021.– 60 с.
2. Анищенко В.С. Физическая культура: методико-практические занятия студентов: учебное пособие.-М.: Изд-во РУДН, 1999.
3. Бишаева А.А., Физическая культура: учебник/А.А. Бишаева, В.В. Малков.-М.:КНОРУС, 2016.-312 с.
4. Спортивная медицина: учебник/ под ред. В.Л. Карпмана.-М.: Физкультура и спорт, 2013.-С.205-206.

Интернет- ресурсы:

1. Сайт Государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» - https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/3/0
2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. /Электронный ресурс/.-Режим доступа: www://portal/tpu/ru/SHARED/s/SEMENOW/Study/Tab1/lecture01/pdf; http://www.tstu.ru/book/elib/pdf/2010/hamhina.pdf; http://www.unibassein.ru/trener/kurs/t4.htm/
3. Сайт Федерального методического центра по инклюзивному образованию Минпросвещения России https://fmc-spo.ru
4. Мышечная релаксация /Электронный ресурс/.-Режим доступа: http://otherreferats.allbest.ru/sport/00159810_0.html.
5. Сайт ГБОУПО СПХК, РУМЦ СПО http://sphksev.ru/rumts-spo/
6. Сайт Новый РЕЕСТР ФГОС СПО - https://reestrspo.firpo.ru/dashboard