

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

ПРИНЯТО
Решением кафедры
теории и методики
физического воспитания
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
Протокол № 22 от 30 мая 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ
Врио проректора
по научно-педагогической работе
ФГБОУ ВО «ЛГПУ»
Т.Т. Ротерс
«30» мая 2023 г.

Программа кандидатского экзамена по дисциплине
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура»

Луганск, 2023

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа кандидатского экзамена (далее – Программа) подготовлена в соответствии с Номенклатурой научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени, утвержденной приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 февраля 2021 года № 118 «Об утверждении номенклатуры научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени, и внесении изменения в Положение о совете по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук, утвержденное приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 10 ноября 2017 года № 1093».

Программа предназначена для аспирантов и соискателей ФГБОУ ВО «ЛГПУ», сдающих кандидатский экзамен по научной специальности: 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура.

II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА

Цель – контроль и оценка уровня знаний для обучающихся по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программ подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре.

Задачи:

1. Оценить знания отечественной и зарубежной научной литературы по проблемам теории оздоровительной и адаптивной физической культуры и смежным проблемам, истории возникновения и развития исследовательской проблемы, современного состояния и перспектив разработки.
2. Определить уровень владения умением высказывать свое аргументированное суждение по дискуссионным вопросам.
3. Продемонстрировать способность к творческому мышлению.

III. ФОРМА И ПРОЦЕДУРА КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА

Порядок проведения вступительного испытания в аспирантуру по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура определяется Порядком прикрепления лиц для сдачи кандидатских экзаменов, сдачи кандидатских экзаменов и их перечнем в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» (далее – Порядок, Университет). Кандидатские экзамены проводятся по утвержденному расписанию.

Проведение кандидатского экзамена по программе аспирантуры осуществляется в форме заседания экзаменационной комиссии по приему кандидатского экзамена (далее – экзаменационная комиссия), которая формируется из представителей профессорско-преподавательского состава Университета.

Председателем экзаменационной комиссии по приему кандидатского экзамена является ректор Университета.

Экзамен проводится в устной форме.

Во время подготовки к экзаменационному ответу поступающий может использовать в качестве черновика чистые проштампованные листы, получаемые от экзаменационной комиссии. Черновики не оцениваются. Поступающие с ограниченными возможностями здоровья могут сдавать данный экзамен как в устной форме, так и в письменной форме.

При ответе на вопросы экзаменационного билета члены экзаменационной комиссии могут задавать дополнительные вопросы поступающему только в рамках содержания учебного материала билета. Во время заседания экзаменационной комиссии ведется протокол в соответствии с установленным образцом.

Во время проведения экзамена не допускаются: пользование мобильным телефоном или иными средствами электронной коммуникации.

Решение экзаменационной комиссии принимается на закрытом заседании простым большинством голосов членов комиссии. При равном числе голосов голос председателя является решающим. Результаты экзамена оформляются протоколом и объявляются в тот же день после завершения сдачи испытания всеми поступающими.

Особенности проведения кандидатского экзамена для граждан с ограниченными возможностями здоровья:

- допускается присутствие в аудитории во время сдачи вступительного испытания ассистента из числа работников Университета или привлеченных лиц, оказывающего поступающим из числа лиц с инвалидностью необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с лицами, проводящими вступительное испытание);

- продолжительность вступительного испытания для поступающих из числа инвалидов увеличивается не более чем на 1,5 часа.

- поступающим из числа инвалидов предоставляется в доступной для них форме информация о порядке проведения вступительных испытаний;

- поступающие из числа инвалидов могут в процессе сдачи вступительного испытания пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

При проведении вступительных испытаний обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей поступающих из числа лиц с инвалидностью:

- 1) для слепых:

- задания для выполнения на вступительном испытании оформляются рельефно-точечным шрифтом Брайля или в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, либо зачитываются ассистентом;

- 2) для слабовидящих:

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- поступающим для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство, возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

- задания для выполнения, а также инструкция по порядку проведения вступительных испытаний оформляются увеличенным шрифтом;

3) для глухих и слабослышащих:

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости поступающим предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- предоставляются услуги сурдопереводчика;

4) для слепоглухих предоставляются услуги тифлсурдопереводчика (помимо требований, выполняемых соответственно для слепых и глухих);

5) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих вступительные испытания, проводимые в устной форме, по решению Университета проводятся в письменной форме;

6) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей:

- вступительные испытания могут проводиться в устной или письменной форме;

- поступающим предоставляется в печатном виде инструкция о порядке проведения вступительных испытаний.

IV. ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРЫ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО БИЛЕТА

В экзаменационный билет входят три теоретических вопроса. Как правило, два из вопросов билета предполагает общее изложение широкой темы, третий – подробное изложение одного из аспектов Программы.

V. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОТВЕТА НА ВСТУПИТЕЛЬНОМ ИСПЫТАНИИ

Оценка знаний производится по сто балльной шкале.

100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале
90–100	A – отлично – Оценка «отлично» выставляется в случае, если в ходе ответа демонстрируется глубина и прочность знаний содержания программного материала вступительного испытания; изложение материала исчерпывающее, последовательное, чёткое, логичное и стройное по структуре; показаны умение тесно увязывать теорию с практикой, свободное решение педагогических задач и вопросов в сфере

	программного материала вступительных испытаний, правильное обоснование принятых решений прикладных аспектов содержания вопроса; отвечающий владеет разносторонними знаниями в рамках экзаменационных вопросов с обоснованием их социальной и личностной значимости; вопросы билета раскрыты без дополнительных уточняющих вопросов.
83–89	В – очень хорошо – Оценка «очень хорошо» выставляется в случае, если в ходе ответа демонстрируется глубина знаний содержания программного материала вступительного испытания; изложение материала не вполне исчерпывающее, последовательное, чёткое, логичное и стройное по структуре; показаны умение тесно увязывать теорию с практикой, свободное решение педагогических задач и вопросов в сфере программного материала вступительных испытаний, правильное обоснование принятых решений прикладных аспектов содержания вопроса; отвечающий не вполне владеет разносторонними знаниями в рамках экзаменационных вопросов с обоснованием их социальной и личностной значимости; вопросы билета раскрыты без дополнительных уточняющих вопросов.
75–82	С – хорошо – Оценка «хорошо» выставляется поступающему, если он твёрдо знает программный материал вступительных испытаний, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические и практические положения и сведения теоретического и прикладного характера; вопросы билета раскрыты с дополнительным уточняющим вопросом.
63–74	Д – удовлетворительно – Оценка «удовлетворительно» выставляется в случае, если поступающий имеет знания только основного материала, но не демонстрирует его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения в изложении прикладных оснований реализации ценностей физической культуры; вопросы билета раскрыты с двумя дополнительными уточняющими вопросами.
50–62	Е – посредственно – Оценка «удовлетворительно» выставляется в случае, если поступающий имеет знания только основного материала, испытывает серьезные затруднения в изложении прикладных оснований реализации ценностей физической культуры; вопросы билета раскрыты с двумя и более дополнительными уточняющими вопросами.
21–49	Ф – неудовлетворительно – Оценка «неудовлетворительно» выставляется поступающему, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями устанавливает причинно-следственные связи теоретических и прикладных оснований процессов освоения физической культуры
0–20	ФХ – неудовлетворительно – Оценка «неудовлетворительно» выставляется поступающему, который не явился на вступительные испытания.

VI. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА

Оздоровительная физическая культура как система

Структурные элементы оздоровительной физической культуры. Цели и задачи оздоровительной физической культуры. Нормативно-правовое и организационное обеспечение оздоровительной физической культуры. Современные проблемы разработки структуры и функций оздоровительной физической культуры и методология их определения.

Теория здоровья человека в основе оздоровительной физической культуры

Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека. Оценка здоровья человека.

Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека

Роль и место оздоровительной физической культуры в системе ФКиС, АФК. Характеристика форм ОФК. Фитнес как современная форма ОФК. Реализация различных направлений ОФК в процессе жизнедеятельности современного человека. Организация оздоровительной ФК в России и за рубежом.

Современные концептуальные подходы в оздоровительной физической культуре

Принципы оздоровительной направленности в физкультурно-спортивной практике. Основные направления в оздоровительной физической культуры: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое. Методология оздоровительной тренировки.

Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни»; отличия предмета, цели адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры; приоритетные задачи адаптивной физической культуры – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных; основные опорные концепции теории физической культуры.

Теоретические основы адаптивной физической культуры

Основные термины адаптивной физической культуры. Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.

Цель и задачи адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Виды адаптивной физической культуры. Обще-методические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры. Педагогические и социальные функции адаптивной физической культуры. Методы, используемые в адаптивной физической культуре.

История развития адаптивной физической культуры

История адаптивной физической культуры за рубежом. История развития адаптивной физической культуры в России. История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата и нарушения интеллекта.

Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры

Физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры; классификация физических упражнений по целевой направленности, по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств, по лечебному воздействию, по степени самостоятельности выполнения упражнений, по интеграции междисциплинарных связей, по другим классификационным признакам; методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы развития физических качеств и способностей; методы воспитания личности; формы организации адаптивной физической культуры – урочные, неурочные, внешкольные.

Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры

Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека. Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий.

Характеристика средств оздоровительной направленности

Основные направления в оздоровительной физической культуре: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре. Дозирование объема и интенсивности оздоровительных нагрузок. Частота занятий в неделю при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Принципы повышения нагрузки. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология. Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

Тенденции в развитии оздоровительной физической культуры в различных странах.

Тенденции в развитии оздоровительной физической культуры в различных странах. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация. Международные физкультурно-оздоровительные организации. Структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий (фитнесс-программ).

Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности

Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д.).

Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах

Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах. Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий. Управление оздоровительным эффектом, контроль и коррекция оздоровительных воздействий.

Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике различных заболеваний и нарушений

Особенности методики оздоровительной физической культуры у людей с избыточным весом (ожирением). Особенности оздоровительной физической культуры у людей с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием. Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, нервной системы, зрения и др. Компьютерные фитнес-программы, их виды. Особенности профессиональной деятельности специалистов по физкультурно-оздоровительным технологиям (оздоровительному фитнесу).

Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры

Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры (государственные образовательные стандарты среднего – базового и повышенного уровней – и высшего профессионального образования – как

специальность и как часть направления «Физическая культура». Краткий паспорт специальности научных работников по 5.8.6. «Оздоровительная и адаптивная физическая культура». Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры.

Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (физическое образование лиц с ограниченными возможностями в учреждениях «раннего вмешательства», дошкольных и школьных специальных (коррекционных) образовательных учреждениях; физическое воспитание в системе общего образования, начального, среднего и высшего профессионального образования с контингентом специальных медицинских групп; обучение инвалидов в вузах физической культуры; методы воспитывающей среды и воспитывающей деятельности, методы осмысления человеком себя в реальной жизни в работе с инвалидами; методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре; аксиологические концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями: «инвалидизма», «социальной полезности», «личностно-ориентированная гуманистическая»; личностно-ориентированная концепция – основа выстраивания отношений между педагогом и занимающимися в адаптивной физической культуре).

Виды адаптивного спорта

Виды адаптивного спорта, входящие в программы Олимпийских игр, игр специальной олимпиады и Всемирных игр глухих («тихих игр»), а также научное обоснование содержания и направленности новых видов спорта инвалидов (характеристика паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского движений, их сходства и различия, тенденции дифференциации и интеграции; понятия спортивной и спортивно-медицинской классификации их сходства и различия; материально-техническое обеспечение адаптивного спорта; история участия российских спортсменов в различных международных движениях адаптивного спорта; адаптивный спорт как один из важнейших видов адаптивной физической культуры в деле решения задач социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями в общество, повышения их реабилитационного потенциала и качества жизни; представительство видов адаптивного спорта в Единой Всероссийской спортивной классификации и Всероссийском календаре спортивно-массовых мероприятий; научное обоснование новых видов спорта инвалидов – радиальный баскетбол в колясках, радиальный баскетбол сидя и др.; перспективы разработки и внедрения новых видов адаптивного спорта).

Адаптивное физическое воспитание в различных возрастно-половых группах и нозологиях

Профессиональный стандарт тренера - преподавателя по АФК и АС и

инструктора – методиста по АФК и АС. Обоснование содержания деятельности тренера-преподавателя по АФК и АС и инструктора - методиста по АФК и АС, их сходства и отличия. Нормативные документы в сфере образования лиц с ОВЗ. Специальные образовательные условия для детей с ОВЗ. Адаптированные общеобразовательные программы (АООП) по нозологиям. Содержание занятий по АФВ в различных возрастно-половых группах и нозологиях.

Двигательная рекреация

Двигательная рекреация, интегрированные программы, объединяющие определенный вид адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (виды адаптивной физической культуры, направленные на удовлетворение преимущественно потребностей личности людей с ограниченными возможностями: адаптивная двигательная рекреация, креативные (художественно- музыкальные) телесноориентированные и экстремальные виды двигательной активности; сказкотерапия, игротерапия, антистрессовая пластическая гимнастика, двигательная пластика, психогимнастика и другие разновидности креативных телесно - ориентированных способов двигательной деятельности; спартианская программа интеграции «мягких» моделей соревновательной деятельности и искусства, спартианский клуб и его деятельность; экстремальные виды двигательной активности на воде, суше (земле), в воздухе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов; адаптивный туризм в различных видах адаптивной физической культуры).

Адаптивная физическая реабилитация

Адаптивная физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психологического и социального здоровья инвалидов (комплексная реабилитация, социальная интеграция, приобщение к образу жизни здоровых людей, повышение качества жизни инвалидов и лиц с ограниченными возможностями; индивидуальная программа здравоохранения, системе образования, системе физической культуры и спорта; понятия физической терапии и эрготерапии, обоснования содержания деятельности физического терапевта и эрготерапевта, их сходства и отличия от должностей врача лечебной физической культуры, инструктора и инструктора-методиста лечебной физической культуры).

VII. ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К СДАЧЕ КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА

1. Структурные элементы оздоровительной физической культуры.
2. Цели и задачи оздоровительной физической культуры.

3. Нормативно-правовое и организационное обеспечение оздоровительной физической культуры.

4. Современные проблемы разработки структуры и функций оздоровительной физической культуры и методология их определения.

5. Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека.

6. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры.

7. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий.

8. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.

9. Оценка здоровья человека.

10. Роль и место оздоровительной физической культуры в системе адаптивной физической культуры.

11. Характеристика форм оздоровительной физической культуры.

12. Фитнес как современная форма оздоровительной физической культуры.

13. Реализация различных направлений оздоровительной физической культуры в процессе жизнедеятельности современного человека.

14. Организация оздоровительной физической культуры в России и за рубежом.

15. Принципы оздоровительной направленности в физкультурно-спортивной практике.

16. Основные направления в оздоровительной физической культуры: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

17. Методология оздоровительной тренировки.

18. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».

19. Отличия предмета, цели адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры.

20. Приоритетные задачи адаптивной физической культуры – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных; основные опорные концепции теории физической культуры.

21. Основные термины адаптивной физической культуры.

22. Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.

23. Цель и задачи адаптивной физической культуры.

24. Средства адаптивной физической культуры.

25. Виды адаптивной физической культуры. Обще-методические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры
26. Педагогические и социальные функции адаптивной физической культуры.
27. Методы, используемые в адаптивной физической культуре.
28. История адаптивной физической культуры за рубежом. История развития адаптивной физической культуры в России.
29. История адаптивного спорта для лиц с поражением слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата и нарушения интеллекта.
30. Физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры.
31. Классификация физических упражнений по целевой направленности, по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств, по лечебному воздействию, по степени самостоятельности выполнения упражнений, по интеграции междисциплинарных связей, по другим классификационным признакам.
32. Методы формирования знаний.
33. Методы обучения двигательным действиям.
34. Методы развития физических качеств и способностей.
35. Методы воспитания личности.
36. Формы организации адаптивной физической культуры – урочные, неурочные, внешкольные
37. Государственные образовательные стандарты среднего и высшего профессионального образования; краткий паспорт специальности научных работников.
38. История развития научных идей, концепций, теорий, терминологии и тезауруса в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры.
39. Обусловленность целей и задач, реализуемых в сфере оздоровительной физической культуры, общественными и личностными потребностями в оптимизации физического состояния и развития индивида, укреплении, сохранении и восстановлении дееспособности и здоровья, содействии общему развитию и социально направленному формированию личности.
40. Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности в процессе занятий оздоровительной физической культурой.
41. Понятия здоровья и патологии. Общая характеристика оздоровительной физической культуры. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры.
42. Теории и концепции оздоровительной физической культуры. Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
43. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в

процессе физкультурных занятий. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.

44. Основные направления оздоровительной физической культуры: оздоровительно рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

45. Характеристика средств физической культуры оздоровительной направленности. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.

46. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре.

47. Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

48. Проблемы совершенствования комплексного контроля за оздоровительным эффектом физкультурных занятий и обуславливающими его факторами.

49. Контроль за проведением занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности.

50. Хронометрирование оздоровительной тренировки. Определение динамики пульса на уроке физической культуры. Педагогические наблюдения и анализ урока физкультуры.

51. Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация. Виды, структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий (фитнесс программ).

52. Особенности методики оздоровительной физической культуры для относительно здоровых людей в различных возрастно-половых группах.

53. Основные формы кондиционно-оздоровительной тренировки. Соотношение объема и интенсивности нагрузки. Средства восстановления.

54. Средства и методы оздоровительной тренировки. Учет возрастных, половых особенностей и состояния здоровья занимающихся.

55. Методические особенности оздоровительной физической культуры при коррекции веса тела.

56. Современные методики и технологии оздоровительной тренировки. Требования к дозированию нагрузок в оздоровительной физической культуре.

57. Опыт научного обоснования содержания, направленности и методики подготовки специалистов в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры.

58. Проектирование, конструирование и функционирование физкультурно-оздоровительных технологий в различные возрастные периоды повседневной жизни и деятельности человека.

59. Профилактика профессиональных и иных наиболее распространенных заболеваний, методы и методики восстановления здоровья с использованием физических упражнений и естественно-средовых факторов.

60. Физкультурно-оздоровительные технологии, методы и методики двигательной активности студентов средних профессиональных и высших образовательных организаций, занимающихся физическими упражнениями в составе основных и подготовительных групп.

61. Физкультурно-оздоровительные технологии для лиц, входящих в различные социально-демографические группы.

62. Методы и методики укрепления здоровья и закаливания организма детей дошкольного возраста, учащихся общеобразовательных школ, студентов высших и средне профессиональных образовательных организаций с использованием физических упражнений и естественно-средовых факторов.

63. Адаптивная физическая культура – современная интегральная наука, учебная дисциплина, важнейшая область социальной практики. Теории и концепции адаптивной физической культуры. Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры.

64. Краткий паспорт специальности научных работников по 5.8.6. «Оздоровительная и адаптивная физическая культура». Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры.

65. Роль адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социализации инвалидов. Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры.

66. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

67. Адаптивное физическое воспитание. Понятие, цель, задачи, основные функции и принципы. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Адаптивное физическое воспитание в различных возрастно-половых группах и нозологиях.

68. Адаптивный спорт: определение понятия, цель, задачи, основные функции и принципы. Виды адаптивного спорта (спорт высших достижений, базовый спорт, рекреативный спорт). Отличительные черты адаптивного спорта.

69. Двигательная рекреация, интегрированные программы, объединяющие креативные (телесно-ориентированные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

70. Адаптивная физическая реабилитация: определение понятия, цель, задачи, ведущие функции и принципы. Комплексная реабилитация, социальная интеграция, приобщение к образу жизни здоровых людей, повышение качества жизни инвалидов и лиц с ограниченными возможностями; индивидуальная программа здравоохранения.

71. Нетрадиционные оздоровительные технологии, телесно-ориентированные практики, национальные спортивно-оздоровительные

технологии, коррекционно-развивающие игры, технологии психосоматической регуляции в адаптивной физической культуре.

72. История адаптивной физической культуры в России, и в мире. Организации, реализующие деятельность по адаптивной физической подготовке.

73. Организация адаптивной физической культуры в России и в мире. Параолимпийское движение. Российские спортсмены инвалиды в Параолимпийском движении. Философия Специального Олимпийского движения. Сурдолимпиада.

74. Значение адаптивной физической культуры в воспитании личности занимающихся. Особенности воспитания лиц с сохранным интеллектом и с отклонениями в интеллектуальном развитии.

75. Принципы, регламентирующие деятельность занимающихся адаптивной физической культурой, их классификация и значение.

76. Организационные формы адаптивной физической культуры (урочные, неурочные, внешкольные).

77. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков. Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков. Особенности обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

78. Формы и методы контроля в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом. Требования к дозированию нагрузок в адаптивной физической культуре.

79. Психолого-педагогические подходы к организации адаптивной физической культуры в системе коррекционной работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами в условиях коррекционного и инклюзивного образования (глухие, слабослышащие, незрячие, слабовидящие, дети с речевыми нарушениями, дети с задержкой психического развития, дети с нарушением интеллекта, дети с расстройством аутистического спектра, дети с множественными нарушениями развития, дети с ОВЗ с измененным функциональным статусом вследствие применения новейших медико-биологических цифровых технологий).

80. Проектирование и конструирование комплексов физических упражнений для восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека.

81. Многообразие видов адаптивного спорта. Условия допуска инвалидов к занятиям спортом.

82. Спорт слепых (невидящих). Характеристика спорта слепых (невидящих). Особенности отдельных дисциплин в спорте слепых (невидящих). Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку. Специфика организации тренировочного процесса. Предельный объем тренировочной нагрузки.

83. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата

(ПОДА). Характеристика спорта лиц с ПОДА. Особенности отдельных дисциплин в спорте лиц с ПОДА. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку. Специфика организации тренировочного процесса. Предельный объем тренировочной нагрузки.

84. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями. Характеристика спорта лиц с интеллектуальными нарушениями. Дивизионы. Особенности отдельных дисциплин в спорте лиц с интеллектуальными нарушениями. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку. Специфика организации тренировочного процесса. Предельный объем тренировочной нагрузки.

85. Спорт глухих. Характеристика спорта глухих. Особенности отдельных дисциплин в спорте глухих. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку. Специфика организации тренировочного процесса. Предельный объем тренировочной нагрузки.

86. Инновационные технологии в адаптивном спорте.

87. Современная проблематика формирования правовой базы функционирования адаптивной физической культуры и спорта в России.

88. Адаптивная физическая реабилитация, физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психического и социального здоровья инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

89. Методы, методики и технологии обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

90. Методы, методики и технологии восстановления нарушенных или временно утраченных двигательных функций человека средствами адаптивной физической культуры.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Список основных учебных и научных изданий:

1. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 т. Т. 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. – Москва : Советский спорт, 2010. – 91 с.
2. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 т. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. – Москва : Советский спорт, 2009. – 448 с.

3. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. – 2-е изд. – Москва : Издательство «Спорт», 2020. – 616 с.
4. Харченко Л. В. Теория и методика адаптивной физической культуры для лиц с сенсорными нарушениями : учебное пособие / Л.В. Харченко, Т.В. Синельникова, В.Г. Турманидзе. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2016. – 112 с.
5. Евсеева О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев. – Москва : Издательство «Спорт», 2016. – 384 с.
6. Ростомашвили Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. – Москва : Издательство «Спорт», 2020. – 164 с.
7. Адаптивная физическая культура в образовательном пространстве педагогического вуза : учебно-методическое пособие для самостоятельных занятий студентов с отклонениями в состоянии здоровья / – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семёнова-Тян-Шанского, 2018. – 84 с.
8. Евсеев С. П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре : учебное пособие / С. П. Евсеев, М. В. Томилова, О. Э. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2013. – 95 с.
9. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / О. Э. Евсеева [и др.] ; под общ. ред. проф. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2014. – 297 с.
10. Зулаев И. И. Организация и методика проведения занятий по физическому воспитанию в специальном учебном отделении вуза : учебно-методическое пособие для студентов педагогических вузов и вузов физической культуры / И. И. Зулаев, М. В. Абульханова ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка, 2009. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. – URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения: 12.10.2021). – Режим доступа: для авторизир. Пользователей.
11. Адаптивное физическое воспитание детей школьного возраста : учебно-методическое пособие. Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / составители Н. А. Бойко, В. Н. Бойко. – Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2016. – 116 с.

12. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 191 с.

Список дополнительной литературы:

1. Креминская М. М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с легкой и умеренной умственной отсталостью) / М. М. Креминская. – СПб. : Владос Северо-Запад, 2013. – 293 с.
2. Васильков А. А. Теория и методика спорта : учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 379 с.
3. Аксенова О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебное пособие / О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2005. – 296 с.
4. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.
5. Рипа М.Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть I : учебно-методическое пособие / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – Москва : Московский городской педагогический университет, 2013. – 288 с.