

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»**

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель приемной комиссии
Ректор
С. В. Беспалова
«20» января 2026 г.



Программа вступительного испытания
при приеме на обучение по программе магистратуры

**по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
(Профиль: Физическая реабилитация)**

Разработчики программы:

Зенченков И.П. – и. о. зав. кафедрой адаптивной физической культуры, канд. пед. наук, доцент;

Капланец И.В. – доцент кафедры адаптивной физической культуры, канд. биол. наук;

Люгайло С.С. – доцент кафедры адаптивной физической культуры, д-р наук по физ. восп. и спорту.

Программа утверждена на заседании Ученого совета института физической культуры и спорта от 18 декабря 2025 г., протокол № 4.

Директор института
физической культуры и спорта
канд. пед. наук, доцент



И.П. Зенченков

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения и порядок проведения вступительного испытания	4
2. Основное содержание программы вступительного испытания	6
3. Шкала оценивания и минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания	10
4. Образец билета вступительного испытания	14
5. Список рекомендуемой литературы для подготовки к вступительному испытанию	15

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Программа вступительного испытания для абитуриентов, поступающих на обучение по образовательной программе магистратуры на направление подготовки: 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (Профиль: Физическая реабилитация), разработана на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) – магистратуры по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года, № 946.

Вступительное испытание профессиональной направленности является комплексным и предоставляет собой устные ответы по вопросам билетов из профильных дисциплин: «Основы физической реабилитации», «Спортивная медицина» и «Лечебная физическая культура».

Целью вступительных испытаний является определение соответствия уровня, качества и готовности абитуриента обучению по образовательной программе магистратуры по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (Профиль: Физическая реабилитация). Задачей вступительных испытаний является определение подготовленности абитуриентов к выполнению профессиональных задач, соответствующих их уровню квалификации.

Содержание вопросов в экзаменационных билетах даёт возможность выявить общий образовательный уровень абитуриента, его профессиональные компетенции, характеризующие знания, умения и навыки, приобретенные в результате изучения дисциплин: «Основы физической реабилитации», «Спортивная медицина», «Лечебная физическая культура».

Вопросы билетов выявят уровень знаний по следующим направлениям: основам физической реабилитации, лечебной физической культуры и спортивной медицины.

Абитуриент должен знать:

- Роль и место адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в формировании здоровья нации.
- Показания и противопоказания для применения средств лечебной физкультуры в реабилитации больных различного профиля.
- Механизмы лечебного действия физических упражнений.
- Основы физиологического влияния физических упражнений на различные органы и системы организма.
- Основные средства лечебной физкультуры.
- Методы контроля эффективности реабилитационных мероприятий, функциональные пробы.

- Классификацию физических упражнений, применяемых в ЛФК.
- Показания и противопоказания к применению ЛФК.
- Методику проведения занятий ЛФК с различными возрастными группами.

- Правила безопасности при проведении занятий ЛФК.

Абитуриент должен уметь:

- Применять физические упражнения с лечебной целью при различных заболеваниях и повреждениях.
- Контролировать общую нагрузку при проведении занятий лечебной физической культурой.
- Проводить оценку функционального состояния сердечно-сосудистой системы, системы дыхания, опорно-двигательного аппарата на основе проведения функциональных проб.
- Контролировать эффективность проводимых занятий лечебной физкультурой.
- Определять двигательный режим и задачи ЛФК на стационарном, поликлиническом, санаторно-курортном этапах реабилитации.
- Осуществлять медико-биологический и педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий ЛФК;
- Составить комплексы ЛФК для больных с травмами опорно-двигательного аппарата и заболеваниями внутренних органов.
- Проводить занятие ЛФК в соответствии с имеющимся заболеванием или травмой.

Абитуриент должен владеть:

- Основами медицинской терминологии.
- Методологией составления комплексов ЛФК при различных заболеваниях.
- Практическими навыками работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
- Основами и принципами физической реабилитации на основе единства специально организованных и индивидуальных мероприятий профилактического, оздоровительного и лечебно-восстановительного характера.
- Знаниями в сфере применения средств физического воздействия для реабилитации после травм и заболеваний.
- Особенностью применения средств ЛФК у больных различного профиля и на различных этапах лечения (стационарный, амбулаторный, санаторно-курортный).

Результат вступительного испытания профессиональной направленности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» определяется путем оценивания устных ответов.

Максимально возможный результат вступительного испытания не может превышать 100 баллов.

2. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

ВОПРОСЫ:

1. Понятие реабилитации и физической реабилитации. Цель и задачи физической реабилитации.
2. Программа физической реабилитации. Основные принципы составления программ по физической реабилитации.
3. Группы здоровья, критерии деления учащихся на группы здоровья. Дать характеристику основной, подготовительной и специальной медицинской групп.
4. Перечислите основные задачи физического воспитания в специальной медицинской группе.
5. Дайте определение вегето-сосудистой дистонии (ВСД). Классификация, краткая характеристика. Немедикаментозные методы коррекции вегето-сосудистой дистонии.
6. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
7. Звуковая гимнастика методика проведения. Гимнастика Стрельниковой. Массаж при заболеваниях органов дыхания.
8. ЛФК в бассейне. Физиотерапия при заболеваниях органов дыхания.
9. Естественные факторы природы Закаливание организма: принципы и методика. Перечислите основные средства и формы закаливания. Краткая характеристика.
10. Сформулируйте понятие водолечение. Перечислите разновидности душей и кратко охарактеризуйте каждый из них.
11. Санаторно-курортное лечение. Определение, режимы, показания, противопоказания, средства методы физической реабилитации, используемые на санаторно-курортном этапе лечения.
12. Дайте определение массажа. Виды массажа. Перечислите основные цели, задачи массажа. Какими компонентами определяется характер воздействия массажа, на организм массируемого? Показания и противопоказания для проведения массажа.
13. Дайте определение осанки. Перечислите признаки правильной осанки. Перечислите виды нарушения осанки. Основные средства и методы физической реабилитации, используемые при нарушении осанки, краткая характеристика.
14. Понятие адаптивной физической культуры. Основные виды адаптивной физической культуры и их краткая характеристика.
15. Дайте определение лечебной физической культуры. Перечислите основные средства, методы и формы лечебной физической культуры. Назовите общие требования к методике проведения занятий по ЛФК.

16. Физические упражнения, используемые в АФК, Классификация, краткая характеристика. Методы контроля в адаптивной физической культуре.

17. Дайте определение анималотерапии и перечислите основные функции. Виды анималотерапии и их краткая характеристика

18. Дайте определение «Сахарный диабет» и перечислите основные формы и признаки сахарного диабета. Средства и методы физической реабилитации, используемые при сахарном диабете, и их краткая характеристика.

19. Тепловые факторы. Классификация. Показания, противопоказания. Парафинотерапия, использование озокерита, грязей в физической реабилитации. Краткая характеристика.

20. Определение биологического и паспортного возраста. Перечислите основные средства, методы и принципы реабилитации пожилых людей.

21. Определение понятия «ожирение». Классификация, причины возникновения. Особенности диеты при ожирении. Основные средства и методы физической реабилитации, используемые при избыточной массе, краткая характеристика

22. Дайте определение «Часто болеющие дети». Основные средства и методы физической реабилитации, у детей часто и длительно болеющих простудными заболеваниями.

23. Перечислите основные задачи лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ССС). Как определяется величина тренирующей нагрузки при заболеваниях ССС.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Введение. Понятие, сущность, виды, показания и противопоказания к реабилитации

Понятие физической реабилитации. Сущность, виды физической реабилитации. Показания и противопоказания к реабилитации. Принципы реабилитации. Основные термины и понятия

Средства физической реабилитации

Механизмы действия физических упражнений. Классификация физических упражнений. Дозировка нагрузки в ЛФК. Двигательные режимы. Структура занятия ЛФК, формы ЛФК. Дозирование нагрузки в процессе занятия ЛФК. Физиологическая кривая ЛФК.

Биологические, социальные и педагогические основы применения физических упражнений с лечебной целью

Механизмы лечебного действия физических упражнений. Классификация физических упражнений, применяемых в физической реабилитации: гимнастические упражнения, дыхательные упражнения, спортивно-прикладные упражнения, игры. Характеристика и методика применения игр. Виды игр: на месте, малоподвижные, подвижные, с элементами спортивных.

Этапы реабилитации. Реабилитационный процесс

Этапы реабилитации. Характеристика двигательных режимов в стационаре.

Характеристика двигательных режимов в санатории.

Массаж в физической реабилитации

Системы массажа: российская, шведская, финская, восточная. Виды массажа: лечебный, спортивный, гигиенический, косметический, аппаратный. Методы выполнения массажа. массажные приемы, их характеристики. Санитарно-гигиенические требования к проведению массажа.

Применение лечения положением, тракционной терапии, механотерапии, эрготерапии в физической реабилитации.

Понятие, виды и преимущества использования лечебных физических факторов. Механизм действие лечебных физических факторов. Тракционная терапия, механотерапии, рготерапии в физической реабилитации.

Понятие, виды и общая характеристика физиотерапии

Технологии физиотерапии. Электролечение, виды, лечебные эффекты. Светолечение, виды, лечебные эффекты. Теплолечение. Ультразвуковая терапия

Гидрокинезотерапия в практике физической реабилитации

Использование гидротерапии в физической реабилитации. Механизмы действия гидропроцедур на организм. Показания и противопоказания. Виды гидропроцедур, особенности использования с другими средствами реабилитации.

Естественные лечебные факторы природы

Лечебное действие естественных факторов природы. Амелотерапия. Апитерапия. Ароматерапия. Аэротерапия. Бальнеотерапия. Анималотерапия.

Адаптивное физическое воспитание

Адаптивное физическое воспитание. Отличительные черты адаптивного физического воспитания. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития двигательных качеств и способностей занимающихся. Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии. Роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде.

Основные средства физической реабилитации при спортивных травмах и повреждениях ОДА

Физическая реабилитация спортсменов при повреждениях и заболевании опорно-двигательного аппарата. Методы, применяемые в физической реабилитации при повреждениях ОДА. Травма и травматические болезни при занятии физической культурой и спортом. Физическая реабилитация при переломах. Реабилитация при повреждениях и вывихах сустава.

Основные средства физической реабилитации при нарушениях санки

Подвижные игры, применяемые в ортопедии. Классификация подвижных игр по величине психофизической нагрузки. Принципы использования подвижных игр. Механизмы лечебного и реабилитационного действия физических упражнений при сколиозе. Массаж при сколиозе.

Основные средства физической реабилитации при сердечно-сосудистых заболеваниях

Механизмы лечебного и реабилитационного действия физических упражнений при сердечно-сосудистых заболеваниях. Применение физических упражнений при сердечно-сосудистых заболеваниях. Методика ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Массаж при сердечно-сосудистых заболеваниях. Основные средства физической реабилитации при сердечно-сосудистых заболеваниях на санаторном этапе.

Физическая реабилитация при гипертонической и гипотонической болезни

Применение физических упражнений при гипертонической болезни. Массаж при гипертонической и гипотонической болезни. Применение физических упражнений при гипотонической болезни. Массаж при гипотонической болезни. Программа реабилитации на стационарном этапе при гипертонической болезни.

Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания

Этиология и патогенез бронхолегочной патологии. Задачи и принципы реабилитации пульмонологических больных. Основные задачи физической реабилитации при пневмонии формы ЛФК при бронхиальной астме. Методика физической реабилитации при бронхолегочной патологии на стационарном этапе. Массаж и физиотерапия при бронхиальной астме.

Физическая реабилитация при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки

Физическая реабилитация при гастритах. Физическая реабилитация при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Лечебная физическая культура при гастритах. Терренкур, подвижные игры, элементы спортивных игр при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Физическая реабилитация при расстройствах обмена веществ

Классификация и степени различных видов ожирения. Физическая реабилитация при ожирении. Физическая реабилитация при подагре. Физическая реабилитация при сахарном диабете.

3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ И МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ, ПОДТВЕРЖДАЮЩЕЕ УСПЕШНОСТЬ ПРОХОЖДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Вступительное испытание проводится в форме устного ответа на вопросы билета по дисциплинам: «Основы физической реабилитации», «Спортивная медицина» и «Лечебная физическая культура».

Всего составлено 30 билетов. Каждый из них имеет 3 вопроса. Конкретный материал по всем разделам сформулирован лаконично и коротко.

Вопросы, которые будут рассматриваться в билетах и литература, которой можно пользоваться в процессе подготовки к испытанию, предложены в перечне вопросов для подготовки к сдаче вступительного испытания по дисциплинам для абитуриентов, поступающих на направление подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (Профиль: Физическая реабилитация), образовательной программы магистратуры в разделе 1 данной программы.

В аудиторию испытуемые заходят по одному, предъявляя экзаменатору свой паспорт и экзаменационный лист, занимают место по своему выбору. Экзаменатор разрезает конверт с билетами и раскладывает их перед абитуриентами. Поступающих знакомят с порядком сдачи экзамена и с системой его оценивания. После этого все абитуриенты покидают аудиторию.

Для участия во вступительном испытании в аудиторию заходят первые 6 человек, выбирают билеты, сообщают номер билета экзаменатору, получают лист с печатью для подготовки к устному ответу и занимают место по выбору. Для подготовки к ответу по билету предлагается 20-25 минут.

Следующий этап – подготовка к ответу. Абитуриент записывает на листке свои мысли, структурирует будущий ответ. По готовности – садится перед комиссией и отвечает по вопросам билета. Ответ оцениваются в соответствии с принятыми критериями оценки, которые приведены ниже. Абитуриенту могут быть заданы дополнительные или наводящие вопросы.

Во время испытания абитуриенты не имеют права пользоваться мобильными телефонами. Если абитуриент нарушает требования экзаменатора, он может быть освобожден от продолжения испытания.

При обнаружении во время подготовки к ответу списывания из конспекта, учебника, других источников поступающей от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

При нарушении абитуриентом дисциплины во время испытания он также от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

В случае отказа абитуриента от ответа на вопросы билета поступающий, к дальнейшему испытанию не допускается и его ответ не оценивается.

Оценивание выполнения заданий осуществляется **по 100-балльной шкале** (40 баллов за ответ по дисциплине «Теория спортивной тренировки», 30 баллов – за ответ по «Теории и методике физической культуры» и 30 баллов за 3 вопроса по

дисциплинам «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр» каждый вопрос).

Вступительное испытание считается пройденным, если абитуриент набрал 60 баллов и более. При получении 59 баллов и менее абитуриент не допускается к участию в конкурсе на зачисление в учебное заведение.

Соотношение национальной и стобалльной оценочных шкал представлено в следующей таблице:

Оценка по национальной шкале	Сумма баллов по 100-балльной шкале
Отлично	90-100
Хорошо	75-89
Удовлетворительно	60-74
Неудовлетворительно	0-59

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания, – 60 баллов.

Критерии оценивания вступительного испытания (по 100-балльной шкале)

«Основы физической реабилитации»

Оценку **«отлично» (31-40 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку **«хорошо» (21-30 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку **«удовлетворительно» (11-20 баллов)** заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка **«неудовлетворительно» (0-10 баллов)** выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

Оценочные средства включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплине: «Основы физической реабилитации» в ходе

устного экзамена.

«Спортивная медицина»

Оценку **«отлично» (24-30 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку **«хорошо» (17-23 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку **«удовлетворительно» (10-16 баллов)** заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка **«неудовлетворительно» (0-9 баллов)** выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка **«неудовлетворительно»** ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

Оценочные средства включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплине: «Спортивная медицина» в ходе устного экзамена.

«Лечебная физическая культура»

Оценку **«отлично» (24-30 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку **«хорошо» (17-23 баллов)** за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку **«удовлетворительно» (10-16 баллов)** заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но

обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка «неудовлетворительно» (**0-9 баллов**) выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

Оценочные средства включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплине «Лечебная физическая культура» в ходе устного экзамена.

Окончательная оценка является суммой баллов за ответы по 3 вопросам:
 $40 \text{ баллов} + 30 \text{ баллов} + 30 \text{ баллов} = \mathbf{100 \text{ баллов}}$.

4. ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Ученого совета
института физической культуры и
спорта
протокол № __ от _____ г.
Председатель Ученого совета
_____ И.П. Зенченков

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры и спорта

Вступительное испытание по ОП	направлению подготовки магистратура
Форма обучения	очная, заочная
Направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (Профиль: Физическая реабилитация)

БИЛЕТ №_1_

- 1.
- 2.
- 3.

Председатель приемной комиссии

С.В. Беспалова

Председатель экзаменационной комиссии

И.П. Зенченков

Год поступления 2026

**5. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ**