

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Кафедра адаптивной физической культуры



**УТВЕРЖДАЮ:**

Проректор по научно-методической  
и учебной работе

Е.И. Скафа

» сентябрь 2019г.  
МП

**ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ (ЭКЗАМЕН)**

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)

Профиль:

Общий

Образовательная программа:

Бакалавриат

Квалификация:

Академический бакалавр

Форма обучения:

Очная, заочная

Донецк 2019

УТВЕРЖДАЮ

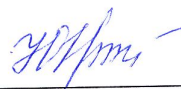
И.о. директора Института ФКС



Программа Государственной итоговой аттестации (экзамен) составлена на основе ГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 19 ноября 2015 года, № 813, зарегистрированного в Министерства юстиции ДНР от 14 декабря 2015 года, № 829, «Порядком организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики», утвержденного приказом МОН ДНР от 10.11.2017 г. № 1171, учебного плана по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного Ученым Советом ДонНУ от 23.08.2019 г., протокол № 7. и основной образовательной программы, утвержденной Приказом ректора от 30.08.2019 г. №134/05.

Разработчики:

доцент кафедры  
адаптивной физической культуры

 Ю.А. Гришун.


доцент кафедры теории и методики  
физической культуры

 М.Р. Батищева

доцент кафедры адаптивной  
физической культуры

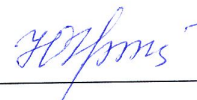
 И.В. Капланец

доцент кафедры физиологии  
человека и животных

 Е.А. Балакирева


Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры  
Протокол № 2 от "03 сентября 2019 г.

Зав. кафедрой

 Ю.А. Гришун

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией Института физической культуры и спорта  
Протокол № 1 от « 6 » сентября 2019г.

Председатель учебно-методической  
Комиссии Института физической  
культуры и спорта

 В.В. Сидорова

Целью государственной итоговой аттестации является установление уровня подготовки выпускника ДонНУ к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовки требованиям государственного образовательного стандарта, заявленного направления подготовки.

К итоговым аттестационным испытаниям, входящим в состав государственной итоговой аттестации, допускаются лица, в полном объеме успешно завершившие освоение основной образовательной программы по соответствующему направлению подготовки высшего профессионального образования.

При условии успешного прохождения всех установленных видов итоговых аттестационных испытаний, входящих в Государственную итоговую аттестацию, выпускнику ДонНУ выдается диплом об образовании с присвоением определенной квалификации.

Государственная итоговая аттестация для выпускников, оканчивающих обучение по образовательной программе по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) общий профиль, образовательный уровень «Бакалавр» включает в себя государственный экзамен и защиту дипломной работы. Данный документ - это программа государственного экзамена

## **2. ОПИСАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

Государственный экзамен проводится на заключительном этапе учебного процесса до защиты выпускной квалификационной работы. К экзамену допускаются студенты, успешно завершившие полный курс обучения и не имеющие академических задолженностей. Экзамен принимается Государственной экзаменационной комиссией, которая формируется из ведущих преподавателей факультета и из руководителей и работников организаций, деятельность которых связана с направленностью основных образовательных программ. Государственный экзамен проводится в устной форме по экзаменационным билетам. Билеты носят комплексный, междисциплинарный характер и включают в себя по три вопроса по следующим дисциплинам: «Физиология и физиология ФКС», «Основы физической реабилитации», «Спортивная медицина», «Специальные медицинские группы в школе», «Теория и методика АФК» и «Теория и методика физической культуры».

Длительность устного ответа на междисциплинарном экзамене не должна составлять более 30 минут. Нормативный срок подготовки выпускника к ответу на Государственном экзамене - 60 минут. По завершению экзамена на закрытом заседании коллегиально обсуждается ответ каждого студента, анализируются баллы, полученные им от каждого члена комиссии, подводится итог. Экзаменационная комиссия выставляет каждому студенту итоговую оценку в целом по экзамену по 100-балльной шкале. Она заносится в протокол заседания экзаменационной комиссии, сообщается студенту и проставляется в зачетную книжку студента.

**Цель проведения экзамена** - проверка сформированности компетенций и готовности к выполнению задач профессиональной деятельности, определенных в ГОС ВПО по данному направлению подготовки в рамках освоения соответствующей образовательной программы.

### **3. НА ЭКЗАМЕНЕ ПРОВЕРЯЕТСЯ СФОРМИРОВАННОСТЬ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ (В СООТВЕТСТВИИ С ГОС ВПО ПО ДАННОМУ НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ).**

#### ***Общекультурные компетенции (ОК):***

способностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения (ОК-3);

способностью к общению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-4);

способностью стремиться к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-9);

способностью критически оценивать свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-10);

способностью определять социальную значимость своей будущей профессии, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ОК-11);

#### ***общепрофессиональными компетенциями (ОПК):***

способностью определять анатомо-морфологические физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-1);

способностью формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни (ОПК-8);

способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности (ОПК-10).

***профессиональными компетенциями (ПК),*** соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа бакалавриата:

#### ***педагогическая деятельность:***

способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей (ПК-5);

способностью к популяризации и обучению навыкам здорового образа жизни (ПК-6);

способностью обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-7);

способностью планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-8);

способностью ориентировать, направлять личность, развивать мотивацию деятельности, установки на формирование потребностей в занятиях физической культурой и спортом (ПК-9);

способностью проводить профилактическую работу негативных социальных явлений в жизни лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ПК-10);

способностью к развитию личностных и физических качеств лиц с отклонениями

в состоянии здоровья (ПК-11).

***реабилитационно-рекреационная деятельность:***

способностью проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-12);

способностью применить на практике знания, умения, навыки с целью сохранения и укрепления здоровья у различных слоев населения (ПК-13);

способностью создавать благоприятный морально-психологический климат в среде участников образовательной деятельности (ПК-14).

***научно-исследовательская деятельность:***

способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования (ПК-15);

способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-17).

***организационно-управленческая деятельность:***

способностью организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья и спортсменами-инвалидами (ПК-20);

способностью обеспечивать технику безопасности при проведении занятий физической культурой (ПК-23);

способностью практически использовать документы республиканских и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта (ПК-24).

#### **4. ЗАДАЧИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКА.**

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, в соответствии с видом (видами) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа бакалавриата, должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

***1) педагогическая деятельность:***

использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии;

осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры;

разрабатывать учебные планы и программы к занятиям по физической культуре;

проводить учебные занятия по физической культуре с детьми школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу;

применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей;

обучать навыкам здорового образа жизни;

применять на практике основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии;

внедрять в образовательный процесс основные положения теории и методики физической воспитания и спорта;

обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;

планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

ориентировать, направлять личность, развивать мотивацию на формирование потребностей в занятиях физической культурой и спортом;

проводить профилактическую работу по предупреждению негативных социальных явлений среди лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

## **2) реабилитационно-рекреационная деятельность:**

уметь восстанавливать нарушенные или временно утраченные функции организма человека и способности к общественной и профессиональной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) с использованием средств и методов адаптивной физической культуры;

обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности человека, вызванных нарушением здоровья;

проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

восстанавливать нарушенные функции после перенесенных травм и заболеваний организма человека;

обобщать и внедрять в практическую деятельность передовой профессиональный опыт в области оздоровительных технологий;

разрабатывать индивидуальные рекреационные программы для различного контингента, занимающихся физической культурой;

анализировать эффективность рекреационных программ и вносить в них соответствующие коррективы.

## **3) научно-исследовательская деятельность:**

выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;

проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования;

проводить научные исследования в области более масштабного применения средств сохранения, укрепления и формирования здоровья широких слоев населения;

осуществлять научный анализ, обобщение, оформление и презентацию результатов научных исследований.

## **4) организационно-управленческая деятельность:**

организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия с лицами разного уровня здоровья и физической подготовленности;

планировать свою профессиональную деятельность, руководствуясь законами и нормативно-правовыми актами в сфере образования и науки, физической культуры и спорта Донецкой Народной Республики;

знать особенности финансово-хозяйственных отношений в сфере образования физической культуры и спорта;

соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья в процессе занятий физической культурой;

прогнозировать наиболее эффективные формы организации и управления спортивной деятельности различных категорий населения.

## **5) культурно-просветительская деятельность:**

анализировать и обобщать важные проблемы современного развития физической

культуры и спорта с использованием средств массовой информации;

проводить пропагандистские и информационные кампании по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, поддержание работоспособности, активного долголетия, привлечения детей и молодежи к занятиям спортом.

## **5. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Далее приведены теоретические вопросы для проведения государственной итоговой аттестации. Вопросы содержат основные. Вопросы разделены по учебным дисциплинам:

### **1.ФИЗИОЛОГИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

1. Роль условно-рефлекторных механизмов в образовании двигательных умений и навыков, значение сенсорных и оперантных условных рефлексов. Понятие двигательного динамического стереотипа и экстраполяции.

2. Выносливость. Специфические эффекты, показатели и критерии выносливости. Аэробная выносливость и кислородтранспортная система.

3. Понятие максимальной анаэробной мощности и емкости. Определение анаэробных возможностей организма спортсмена.

4. Характеристика факторов, влияющих на организм спортсмена в условиях среднегорья и высокогорья. Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления.

5. Характеристика фазы восстановления. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов и пути устранения молочной кислоты.

6. Физическая работоспособность спортсмена в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения функций организма в этих условиях. Акклиматизация к условиям меняющегося температурного режима.

7. Физическая работоспособность спортсмена в условиях повышенной температуры окружающей среды. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.

8. Предстартовое состояние. Физиологическое значение и механизмы предстартовых изменений. Виды предстартового состояния.

9. Понятие максимальной силы и максимальной произвольной силы мышц; физиологические факторы, их определяющие. Понятие о силовом дефиците.

10. Динамический стереотип и экстраполяция в спортивных двигательных навыках.

11. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Виды и типы адаптации спортсменов. Основные эффекты адаптации.

12. Классификация циклических движений разной относительной мощности.

13. Характеристика упражнений максимальной и субмаксимальной мощности.

14. Классификация циклических движений разной относительной мощности.

15. Характеристика работы в умеренной и большой зоне мощности.

16. 13.Характеристика фазы утомления. Локализация и механизмы утомления.

17. Понятие скрытого утомления.

18. Характеристика фазы встраивания. Физиологические закономерности и механизм встраивания функций. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций, ускорение встраивания функций.

19. Физиологические основы скоростно-силовых качеств. Скоростной и силовой компонент мощности. Характеристика взрывной силы.



20. Физиологическое обоснование принципов обучения спортивной техники.
21. Классификация ациклических упражнений.
22. Динамика физиологического состояния организма при спортивной деятельности.
23. Величина и скорость развития тренировочных эффектов. Варианты тренируемости.
24. Понятие генетических маркеров спортивных задатков.

### *Литература*

1. Деминская Л.А. Физиология. Курс лекций: учеб. пособ. / Л.А.Деминская. – Донецк: Вега-Принт, 2008. – 117 с.(155)
2. Караулова, Л. К. Физиология: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура и спорт" / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова М. М. Расулов. - Москва: Академия, 2009. - 377 с. (15)
3. Земцова И.И. Спортивная физиология: учеб. пособ. / И.И. Земцова. – К.: Олимпийская литература, 2010. - 219 с. (40)
4. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учеб./ А.С.Солодков, Е.Б. Сологуб. — М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. — 608 с.(17)

## **2. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ, СПЕЦИАЛЬНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ГРУППЫ В ШКОЛЕ**

1. Дайте определение реабилитации и физической реабилитации. Перечислите основные задачи физической реабилитации. Какая основная цель физической реабилитации? Что является стратегией процесса ФР? Какие существуют подходы к разработке стратегии процесса ФР? Каковы основные принципы организации процесса ФР? Что такое программа ФР?
2. Что относится к средствам физической реабилитации? Что относится к активным средствам физической реабилитации? Что относится к пассивным и психорегулирующим средствам физической реабилитации?
3. Что такое адаптивная физическая культура? Какие основные виды адаптивной физической культуры, Вы знаете? Какие основные цели АФК? Какие основные физические упражнения используются в АФК?
4. По каким критериям идет деление учащихся на группы здоровья? Сколько групп здоровья, Вы знаете?
5. Дать характеристики основной подготовительной и специальной медицинских групп.
6. На какие подгруппы идет деление в специальных медицинских группах? Основные задачи физического воспитания в специальных медицинских группах?
7. Дайте определение лечебной физической культуры. Классификация физических упражнений. Гимнастические упражнения. Дыхательные упражнения. Спортивно-прикладные упражнения. Игры. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
8. Перечислите основные средства, методы и формы лечебной физической культуры. Перечислите общие требования к методике проведения занятий по ЛФК. Какие виды контроля используются при проведении занятий по лечебной физической культуре?
9. Перечислите основные принципы проведения занятий по лечебной физической культуры.



10. Что относится к естественным факторам природы? Дайте определение закаливание организма. Перечислите основные средства и формы закаливания.

11. Воздушные ванны, методика проведения. Солнечные ванны, методика проведения. Закаливание водой, методика проведения

12. Что такое климатотерапия? Перечислите основные климатические зоны. Дайте определение спелео- и галотерапии. Для чего используется соляная лампа?

13. Перечислите основные принципы использования ароматерапии. Какие основные методы ароматерапии Вы знаете? Какие механизмы действия эфирных масел на организм человека Вам известны? Перечислите основные эффекты действия эфирных масел.

14. Дайте определение фитотерапии. Перечислите основные механизмы действия фитотерапии на организм человека. Перечислите основные способы использования фитотерапии. Какие могут возникнуть последствия при неправильном использовании фитотерапии?

15. Дайте определение анималотерапии и перечислите основные функции.

16. какие виды анималотерапии Вам известны?

17. Что такое иппотерапии? Перечислите основные критерия действия иппотерапии. Перечислите основные показания к иппотерапии. В каких случаях иппотерапия противопоказана?

18. Дайте определение дельфинотерапии. Перечислите основные формы взаимодействия дельфина с человеком. Перечислите этапы дельфинотерапии и раскройте суть каждого из них. Перечислите основные показания к дельфинотерапии. Какие противопоказания существуют для назначения дельфинотерапии?

19. Что такое канистерапия? Для чего она используется? Что такое фелинотерапия и для чего она нужна?

20. Определение биологического и паспортного возраста. Перечислите основные виды реабилитации пожилых людей. Направления реабилитации пожилых людей. Особенности геронтологического ухода за пожилыми людьми. Перечислите основные правила работы с пожилыми людьми.

21. Сформулируйте понятие водолечение. Какие виды ванн используются в водолечении? Перечислите разновидности душей и кратко охарактеризуйте каждый из них. Перечислите основные показания к водолечению В каких случаях противопоказаны водные процедуры?

22. Дайте определение бальнеотерапии. Какие виды бальнеологических процедур Вам известны? Охарактеризуйте кратко каждый вид. Перечислите основные показания к бальнеотерапии. В каких случаях бальнеотерапия противопоказана?

23. Что относится к тепловым факторам? перечислите благоприятные факторы при воздействии тепловых факторов на организм человека. Какие могут возникнуть нежелательные эффекты при использовании тепловых факторов?

24. Дайте определение парафинотерапии, перечислите основные эффекты и методики.

25. Перечислите эффекты озокеритотерапии на организм человека и кратко охарактеризуйте применяемые методики.

26. Дайте определение пелоидотерапии. Какие типы грязей Вы знаете? Охарактеризуйте кратко эффекты и методики пелоидотерапии.

27. Что такое псаммотерапия? Перечислите основные общие показания для теплолечения. Какие противопоказания существуют для назначения тепловых факторов?

28. Дайте определение утомления в спорте, перенапряжения и перетренированности

29. Спортивная болезнь: определение, основные проявления, принципы реабилитации.

30. Факторы, ограничивающие работоспособность высококвалифицированного спортсмена.

31. Биоритмологические типы человека и особенности проведения тренировочного процесса. Острый десинхронизм у спортсменов, принципы физической реабилитации.

32. Дайте определение осанки. Перечислите признаки правильной осанки. Основные виды нарушения осанки, лечебная физическая культура и массаж при нарушении осанки. Перечислите клинические проявления нарушения осанки. Организационно-методические требования к проведению занятий по лечебной физической культуре при нарушениях осанки. Особенности занятий в специальной медицинской группе.

33. Дайте определение понятия ожирение. Классификация ожирения. Причины возникновения. Оценка степени ожирения по величине индекса массы тела. Особенности диеты при ожирении. Лечебная физическая культура при ожирении. Массаж при ожирении. Физиотерапевтические процедуры, используемые при ожирении.

34. Перечислите основные задачи лечебной физической культуры при заболеваниях органов ЖКТ. Основные формы проведения лечебной физической культуры при заболеваниях ЖКТ. Перечислите специальные упражнения при заболеваниях органов ЖКТ. Механизм действия. Показания и противопоказания для занятий лечебной физической культурой при заболеваниях органов ЖКТ.

35. Дайте определение «Часто болеющие дети» Основные задачи лечебной физической культуры у часто болеющих детей. Использование массажа в профилактике простудных заболеваний у детей. Альтернативные методы реабилитации в профилактике заболеваемости детей: фитотерапия, ароматерапия, анималотерапия. Как правильно проводить занятия лечебной гимнастикой для профилактики и лечения простудных заболеваний у детей?

36. Комплексы упражнений утренней гигиенической гимнастики для детей младшей школы. Комплексы упражнений утренней гигиенической гимнастики для детей средней школы. Комплексы упражнений утренней гигиенической гимнастики для детей старшей школы. Закаливание организма: цели, задачи, методика проведения.

37. Перечислите основные задачи лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основные задачи физических тренировок при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Как определяется величина тренирующей нагрузки при заболеваниях ССС. Дайте определение вегето-сосудистой дистонии. Немедикаментозные методы коррекции вегето-сосудистой дистонии.

38. Дайте определение «Сахарный диабет» и перечислите основные проявления. Какие формы сахарного диабета Вы знаете? Особенности диетотерапии при сахарном диабете. Задачи лечебной физической культуры при сахарном диабете Средства лечебной физической культуры при сахарном диабете. Показания и противопоказания для занятий физической культурой при сахарном диабете.

39. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Звуковая гимнастика методика проведения. Метод волевой ликвидации глубокого дыхания (ВЛГД) К.П. Бутейко. Парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Массаж при заболеваниях органов дыхания. ЛФК в бассейне. Физиотерапия при заболеваниях органов дыхания.

40. Детский церебральный паралич – определение, причины. Основные проявления заболевания Особенности физической реабилитации при детском церебральном параличе. ЛФК и массаж при детском церебральном параличе. Роль анималотерапии в лечении детского церебрального паралича.

## Литература

1. Марченко О.К. Основы физической реабилитации [Текст]: учеб. Для студентов вузов / О.К. Марченко.- К.: Олимпийская литература. - 2012. – 528 с.
2. Общие вопросы физической реабилитации: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов всех факультетов по основам физической реабилитации / сост.: Ю.А. Гришун, С.С. Люгайло; ДИФКС. - Донецк, 2016 - 71с. (CD)
3. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений / Т.Ю.Круцевич. – Том. 2. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 393 с.
4. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник/ В.М. Мухін. – 3-тє вид, переробл та доповн. – К.: Олімп. Л-ра, 2009. – 488 с.
5. Кожухова Н.Н. и др. Теория и методика ФВ и развития ребенка./ М.:ВЛАДОС, 2008
6. Безруких М.М.Здоровьеформирующее физическое развитие / М.: ВЛАДОС, 2001
7. Попов С.Н.,ред. Лечебная физическая культура/ М:Академия, 2004
8. Милюкова И.В. Лечебная физкультура: новейший справочник СПб.:Сова,2005
9. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж М.:Сов.спорт,2001
10. Горелова Л.В. Краткий курс ЛФК и массажа Ростов н/Д:Феникс, 2007
11. Епифанов В.А. ЛФК и спортивная медицина М.:Медицина,1999

## 3.СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

1. Цель врачебного обследования. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Основные задачи диспансерного наблюдения. Врачебно-физкультурная консультация: понятие, цели и задачи.
2. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) в процессе тренировочных занятий. Задачи ВПН. Определение плотности занятия. Определение физиологической «кривой» урока. Оценка степени утомления. Задачи кабинета врачебного контроля. Варианты реакции организма спортсмена на дополнительную нагрузку в начале и в конце занятия. Методика проведения повторных нагрузок.
3. Варианты адаптации организма спортсменов к повторным нагрузкам, краткая характеристика. Понятие срочный, отставленный и кумулятивный тренировочный эффекты. Типы реакции на нагрузку при проведении оперативного контроля. Основные противопоказания к занятию спортом.
4. Анкета здоровья спортсмена (система регистрации травм и истории болезни). Принципы допуска к занятиям спортом лиц с пограничными состояниями.
5. Задачи учебно-тренировочных сборов. Этапы отборочных сборов. Основные разделы работы врача на учебно-тренировочных сборах. Медицинское обеспечение спортивных соревнований. Этапы медицинского обеспечения спортивных соревнований. Цели и задачи, краткая характеристика. Врачебный контроль за участниками соревнований, профилактика спортивного травматизма. Специфика спортивных травм в различных видах спорта. Наиболее часто встречающиеся спортивные травмы. Особенности заболевания и травмы у юных спортсменов. Особенности медицинского обеспечения на соревнованиях и сборах по восточным единоборствам.
6. Врачебно-педагогический контроль в условиях среднегорья. Стадии адаптации к барометрической болезни. Педагогические аспекты построения тренировочного процесса в условиях среднегорья. Спортивная работоспособность в период реакклиматизации после тренировок в среднегорье. Медицинское обеспечение тренировочного процесса в условиях среднегорья. Высокогорные болезни. Подготовка и проведение соревнований в условиях пониженной и повышенной температуры.

Спортивная работоспособность в условиях низких температур, спортивная работоспособность в условиях высокой температуры.

7. Синдром перенапряжения центральной нервной системы (ЦНС), сердечно-сосудистой системы, гепато-билиарный синдром, мышечно-болевой синдром, синдром перенапряжения системы мочевого выделения и системы крови. Понятие текущего, срочного и отставленного восстановления в спорте. Средства восстановления и повышения работоспособности в спорте: педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления (массаж, физиотерапия, лечебная физическая культура, водные процедуры и т.д.).

8. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата. Острые повреждения опорно-двигательного аппарата у спортсменов. Травмы мышц, сухожилий и вспомогательного аппарата суставов. Переломы костей. Спортивно-педагогическое направление профилактики травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата у спортсменов. Методики наложения тейповых повязок на различные части тела. Допустимые сроки возобновления тренировочных занятий после повреждений опорно-двигательного аппарата.

9. Комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой. Организация и задачи врачебного контроля за физическим воспитанием в школе. Осмотры школьников. Распределение на группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую.

10. Принципы определения физической работоспособности лиц, занимающихся физической культурой. Методы экспресс-оценки уровня физического состояния.

11. Принципы определения уровня общей физической работоспособности лиц среднего и пожилого возраста.

12. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры. Количество и содержание физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.

13. Спортивная ориентация и отбор. Общие понятия. Проблема спортивной одаренности. Способности и их уровни. Критерии отбора: педагогические, медико-биологические, психологические, социологические. Виды (уровни) спортивного отбора. Отбор и ориентация для занятий различными видами спорта: Скоростно-силовые виды спорта. Циклические виды спорта. Игровые виды спорта. Единоборства. Сложно-координационные виды спорта.

14. Допинг в спорте. Методика проведения допинг-контроля в различных видах спорта. Влияние допинга на здоровье спортсменов. Принципы организации антидопингового контроля.

15. Цель проведения функциональных проб в спортивной медицине. Определение понятия «Функциональная проба». Общие требования, предъявляемые к проведению функциональных проб. Показания к проведению функциональных проб.

16. Противопоказания к проведению функциональных проб. Показания для прекращения тестирования. Классификация функциональных проб.

17. Функциональные пробы, используемые при диагностике состояния дыхательной системы у лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом. Гипоксические пробы. Проба Штанге (с гипервентиляцией и физической нагрузкой), методика проведения и оценка пробы. Проба Генчи, методика проведения, оценка.

18. Функциональные пробы, используемые при диагностике состояния реакции сердечно-сосудистой системы у лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом: Проба Мартине-Кушелевского. Методика проведения и оценка. Проба Руфье. Методика проведения, оценка результатов.

19. Проба С.П. Летунова. Типы реакций сердечно – сосудистой системы на нагрузку. Гарвардский степ – тест методика проведения и оценка полученных результатов. Тест PWC<sub>170</sub>

20. Функциональное состояние нервной системы и нервно – мышечного аппарата. Проба Ромберга простая и усложненная. Методика проведения и оценка полученных результатов. Ортостатические пробы. Методика проведения и оценка полученных результатов. Клиностатическая проба. Методика проведения и оценка полученных результатов.

21. Структура заболеваемости у спортсменов.

Заболевания, наиболее часто встречающиеся в клинической практике спортивной медицины. Центральная и периферическая нервная система. Сердечно-сосудистая система. Система дыхания. Система пищеварения. Система мочевыделения. Опорно-двигательный аппарат. ЛОР-органы (нос, горло, ухо). Орган зрения.

22. Заболевания, которые могут явиться причиной внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом. Порок сердца Инфаркт миокарда Кардиомиопатии. Острые нарушения мозгового кровообращения. Острые травмы у спортсменов. Закрытая черепно-мозговая травма. Сотрясение головного мозга. Ушиб (контузия) головного мозга. Сдавление головного мозга. Особенности черепно-мозговой травмы у боксеров. Черепно-мозговые травмы при занятиях восточными единоборствами. Закрытые повреждения позвоночника и спинного мозга. Травмы внутренних органов. Травмы носа, уха, гортани, зубов и глаз. Внезапная смерть в спорте.

23. Первая помощь и краткая характеристика при следующих состояниях: Анафилактический шок. Внезапное прекращение кровообращения. Гипогликемическое состояние. Гипогликемическая кома. Инфаркт миокарда. Обжатие грудной клетки. Обмороки. Психогенный обморок. Вазовагальный обморок. Ортостатический обморок. Гравитационный обморок (шок). Острое физическое перенапряжение. Переохлаждение. Тепловые поражения. Тепловой (солнечный) удар. Тепловой коллапс. Тепловые судороги. Тепловое истощение. Общая дегидратация. Тепловой отек голени и стоп. Утопление. Острые отравления. Патологическая наследственная предрасположенность и высокий риск скрытой патологии.

24. Принципы оценки общей физической работоспособности у детей и подростков. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте. Сроки допуска к занятиям физической культурой и спортом детей и подростков и возрастные этапы спортивной подготовки. Ответственность руководителей за несчастные случаи в спорте. Ответственность тренерско-преподавательского и инструкторского состава при несчастных случаях и происшествиях в спорте. Ответственность занимающихся при несчастных случаях в спорте. Порядок рассмотрения и анализа причин чрезвычайных происшествий и несчастных случаев в спорте.

### *Литература*

1. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с: ил. ISBN 5-85009-765-1
2. Теория и методика физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов высших учебных заведений / Т.Ю.Круцевич. – Том. 2. – К.: «Олимпийская литература». – 2003. – 393 с.
3. Тестирование в спортивной медицине/ В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И. А. Гудков. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
4. Епифанов В.А. ЛФК и спортивная медицина М.: Медицина, 1999

#### **4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

1. Адаптация сердечно-сосудистой системы инвалида после ампутации конечностей.
2. АФК для инвалидов с детским церебральным параличом (ДЦП)
3. АФК для инвалидов с поражением спинного мозга
4. Восстановление бытовых навыков у инвалида после протезирования верхней конечности.
5. Восстановление движений у инвалидов с поражением спинного мозга.
6. Восстановление локомоций инвалида после ампутации нижней конечности.
7. Врачебно-педагогический контроль за состоянием спортсмена-инвалида с поражением спинного мозга в процессе тренировки.
8. Гигиеническое обеспечение спортивной тренировки инвалидов с поражением спинного мозга.
9. Классификация и характеристика видов спорта для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
10. Классификация и характеристика видов спорта для инвалидов с поражением спинного мозга.
11. Критерии адекватности физической нагрузки у спинальных больных.
12. Методика развития гибкости в связи с особенностями патологии опорно-двигательного аппарата слепых детей.
13. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям.
14. Направленность и содержание работы спортивных клубов для инвалидов с ампутированными конечностями.
15. Направленность, задачи и содержание индивидуальной программы по физическому воспитанию для ребенка-инвалида с поражением спинного мозга.
16. Нетрадиционные методы физической реабилитации у инвалидов с поражением спинного мозга.
17. Обеспечение безопасности детей с поражением спинного мозга на занятиях физическими упражнениями.
18. Обоснование видов спортивной деятельности, рекомендуемых для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
19. Обоснование видов спортивной деятельности, рекомендуемых для инвалидов с поражением спинного мозга.
20. Обучение передвижению на колясках (бытовых, спортивных) инвалидов с ампутированными нижними конечностями.
21. Обучение передвижению на колясках (бытовых, спортивных) инвалидов с поражением спинного мозга.
22. Основные направления и средства двигательной реабилитации инвалидов после ампутации конечностей.
23. Особенности организации, обучения и физического развития детей-инвалидов с поражением спинного мозга средствами плавания.
24. Особенности организации, обучения и физического развития инвалидов после ампутации конечностей средствами плавания, легкой атлетики и др. – по выбору студента.
25. Особенности развития выносливости у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
26. Особенности развития выносливости у инвалидов с поражением спинного мозга.
27. Особенности развития гибкости у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.

28. Особенности развития координационных способностей у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
29. Особенности развития координационных способностей у инвалидов с поражением спинного мозга.
30. Особенности развития мышечной силы у инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
31. Особенности развития мышечной силы у инвалидов с поражением спинного мозга.
32. Особенности развития опорно-двигательного аппарата детей с патологией зрения.
33. Особенности развития скоростно-силовых способностей у детей с патологией слуха.
34. Плавание – как форма двигательной активности инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
35. Подбор и классификация спортивных игр для детей- инвалидов с поражением спинного мозга.
36. Подвижные игры для детей после ампутации конечностей (классификация и особенности их проведения).
37. Проблема профессиональной подготовки инвалида после ампутации конечностей.
38. Проблемы подготовки инвалидов с поражением спинного мозга к учебной и трудовой деятельности.
39. Протезы, тренажеры, технические устройства для обеспечения двигательной активности инвалида после ампутации конечности.
40. Психологическая и социальная реабилитация инвалида после ампутации конечностей средствами адаптивной физической культуры.
41. Психологическая и социальная реабилитация инвалидов с ДЦП.
42. Психологическая и социальная реабилитация инвалидов с поражением спинного мозга,
43. Рекреационно-оздоровительные занятия для детей- инвалидов с поражением спинного мозга.
44. Рекреационно-оздоровительные занятия для инвалидов после ампутации конечностей.
45. Соотношение видов физической нагрузки на разных этапах двигательной реабилитации спинальных больных.
46. Спорт высших достижений для инвалидов после ампутации конечностей. Параолимпийские игры.
47. Спорт высших достижений для инвалидов с поражением спинного мозга.
48. Спорт для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата – как способ самореализации и социализации.
49. Спорт для инвалидов с поражением спинного мозга – как способ самореализации и социализации.
50. Средства двигательной реабилитации спинальных больных.
51. Тестирование функционального состояния спинальных больных.
52. Физическая реабилитация детей с врожденным недоразвитием конечностей.
53. Физическое развитие детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата в условиях вынужденной гиподинамии.
54. Физическое упражнение – как средство и метод самовоспитания инвалида с поражением спинного мозга.

### *Литература*

1. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: М., 2000



2. Веневцев С.И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта М.: Сов.спорт, 2004
3. Дмитриев А.А. ФК в специальном образовании: М., 2002

## **5. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

### **Блок «Физкультурное образование»**

1. ТМФВ как предмет и учебная дисциплина. Система физического воспитания. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности. Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию. Средства физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения двигательным действиям. Методика воспитания скоростных способностей. Методика воспитания силовых способностей. Методика воспитания координационных способностей. Методика воспитания выносливости. Методика воспитания гибкости.
2. Физическое воспитание детей раннего и младшего дошкольного возраста: задачи, средства, особенности методики. Физическое воспитание детей среднего и старшего дошкольного возраста: задачи, средства, особенности методики. Формы занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.
3. Методика организации и проведения занятий с дошкольниками. Роль семьи в физическом воспитании детей дошкольного возраста.
4. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: задачи, средства, особенности методики.
5. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста: задачи, средства, особенности методики.
6. Физическое воспитание детей старшего возраста: задачи, средства, особенности методики.
7. Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем: задачи, средства, особенности методики.
8. Классно – урочная система занятий физическим воспитанием в общеобразовательной школе.
9. Планирование учебной работы по физическому воспитанию в школе.
10. Основы организации и проведения комплексного урока по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
11. Педагогический контроль в процессе физического воспитания школьников.
12. Урок – основная форма физического воспитания школьников. Содержание и структура урока.
13. Физическое воспитание в СПТУ: цель, задачи, содержание и характеристика программы по физическому воспитанию.
14. Физическое воспитание в ВУЗе: цель, задачи физического воспитания, распределение студентов по учебным группам.
15. Формы и содержание занятий по физическому воспитанию в ВУЗе.
16. Профессионально – прикладная физическая подготовка: цель, задачи, средства, особенности методики.

## *Литература*

1. Деминский А.Ц. Основы теории физической культуры: учеб.пособ. [Текст] / А.Ц. Деминский. – Донецк, 1996. – 345 с.
2. Кузин В. В. Физкультурно-оздоровительная работа среди молодежи: адреса и образцы передового опыта: Методическая разработка [Текст] / [В.В. Кузин, М.Е. Кутепов]. – М.: ВКШ, 1990. – 231 с.
3. Справочник физкультурного работника [Текст] / [Под ред. И.И. Переверзина]. - М.: Советский спорт, 1991. - 343 с.
4. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры: учебно-метод. рек. / В.Н. Селуянов. – М.: Дивизион, 2009. – 192с.
5. Теория и методика физического воспитания: [учебник] / под ред. Т.Ю. Круцевич. - 2-й т. - К.: Олимпийская литература, 2003. – 391 с.
6. Деминский А. Ц. Методические основы оздоровительной физической культуры: учебн. пособ. для ин-тов и фак-тов физ. культуры и спорта / А.Ц. Деминский, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Донецк, 2001. – 67 с
7. Иващенко Л.Я. Методика физкультурнооздоровительных занятий: учеб.-метод. пособ. / Л.Я. Иващенко, Т.Ю. Круцевич. – К.: УГУФВС, 1994. – 126 с.
8. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. институтов [Текст] / [Б.А. Ашмарина, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др. Под ред. Б.А. Ашмарина]. – М.: Просвещение, 1990. - 234 с.
9. Щербина В.А. Пособие физкультурному руководителю: учеб. пособие [Текст] /В.А.Щербина – К.: Здоров'я, 1990. - 211с.
10. Фурманов А. Г. Оздоровительная физическая культура: учебник / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Мн.: ТЕСЕЙ, 2003. – 528 с.

## **6. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ НА ЭКЗАМЕНЕ**

### **Ответ оценивается 90-100 баллов (А-отлично)**

- ✓ если студент показал высокий уровень знаний, дал правильные, полные, исчерпывающие ответы на все вопросы билета и на дополнительные вопросы, которые были заданы экзаменаторами; логически и грамотно излагал свои мысли по каждому вопросу, приводил конкретные примеры, ориентировался в возможностях практического применения обсуждаемых положений и закономерностей, во время изложения материала отобразил межпредметные связи, при ответе высказывал собственное мнение и выдвигал предложения относительно решения проблемных вопросов.
- ✓ Ответ студента обоснован, убедителен, уверен, правильно раскрывает сущность понятий и теорий в сфере физической культуры и спорта

### **Ответ оценивается на 80-89 баллов (В; хорошо):**

- ✓ если студент показал достаточно высокий уровень знаний, правильно, убедительно ответил на все вопросы билета, а также на дополнительные вопросы, заданные экзаменаторами, указал на причинно-следственные связи; проанализировал материал с точки зрения возможного практического использования знаний, однако при этом отмечены следующие недостатки:
  - ✓ неточности в отдельных формулировках и объяснении причинно-следственных связей, которые были уточнены дополнительными вопросами экзаменаторов;
  - ✓ самостоятельно приведенные примеры не были убедительными и не могли ясно продемонстрировать явление, которое раскрывалось в вопросе;
  - ✓ на дополнительный вопрос экзаменатора ответ студента был не точным,

неконкретным, непоследовательным, не подкрепленным примерами.

**Ответ оценивается на 75-79 баллов (C; хорошо):**

✓ если студент показал высокий уровень знаний, правильно ответил на все вопросы билета, а также на дополнительные вопросы, заданные экзаменаторами, проанализировал материал с точки зрения возможного практического использования знаний, однако при этом отмечены следующие недостатки:

- ✓ недостаточность ответа по одному из вопросов билета или на дополнительный вопрос (но с помощью экзаменаторов недостатки были устранены);
- ✓ не раскрыты причинно-следственные связи, закономерности;
- ✓ не были раскрыты методы, с помощью которых были получены данные о биологических явлениях и процессах;
- ✓ примеры, которые приводил студент, были неконкретными или неточными (точность установлена дополнительными вопросами экзаменаторов).

**Ответ оценивается на 70-74 (D; удовлетворительно):**

✓ если студент в целом верно, но не полностью изложил материал по вопросам билета, в ответе отмечены следующие недостатки:

- ✓ недостаточность ответа по двум вопросам билета или по дополнительным вопросам уточняющего характера;
- ✓ отсутствие четкой логической последовательности в ответах;
- ✓ в ответе не выявлены причинно-следственные связи явлений и объектов;
- ✓ предоставлена ограниченная информация относительно практического применения обсуждаемых положений и закономерностей;
- ✓ не установлены межпредметные связи.

**Ответ оценивается на 60-69 (E; удовлетворительно):**

✓ если студент в целом верно, но не полностью изложил материал по вопросам билета, в ответе отмечены следующие недостатки:

- ✓ недостаточность ответов по всем вопросам билета;
- ✓ путаница в приведенных примерах;
- ✓ недостаточное умение связывать теоретический материал с аспектами его возможного практического использования;
- ✓ непонимание отдельных положений и закономерностей, которые изложены в ответе;
- ✓ нечеткое владение терминологией;
- ✓ неуверенность в ответах на дополнительные вопросы;
- ✓ в ответах отсутствует логическая последовательность.

**Ответ оценивается на 35-59 баллов (FX; неудовлетворительно):**

✓ если студент правильно ответил только на два из трех вопросов билета, не знает материал по одному вопросу билета, не отвечает на дополнительные вопросы.

- ✓ В ответе отсутствует логика, материал не сопровождается примерами из практики.

**Ответ оценивается ниже 35 баллов (F; неудовлетворительно, с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов):**

✓ студент не освоил обязательного минимума знаний предмета, не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора.

***Шкала соответствия баллов национальной шкале***

Оценка по шкале ECTS	Оценка по 100-балльной шкале	Оценка по государственной шкале (экзамен, дифференцированный зачет)
A	90–100	5 (отлично)
B	80–89	4 (хорошо)
C	75–79	4 (хорошо)
D	70-74	3 (удовлетворительно)
E	60-69	3 (удовлетворительно)
FX	35-59	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи
F	0–34	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов