

«УТВЕРЖДЕНО»

на заседании кафедры ЛФК и ФКД
«17» 06 2024 г. протокол № 15

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

**по учебной дисциплине «Теория и организация адаптивной физической культуры» для студентов направления специальности 1-88 01 02-02
«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»
(1 курс зфпо)
к зачету**

1. Роль инструктора-методиста по адаптивной физической культуре в системе реабилитации инвалидов.
2. Понятие инвалидности.
3. Понятие о реабилитологии.
4. Организация международной системы реабилитации.
5. Принципы рационального питания.
6. Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи.
7. Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей.
8. Роль движения в сохранении здоровья в пожилом и старческом возрасте.
9. Физическая нагрузка и здоровье женщины.
10. Задачи адаптивной физической культуры.
11. Классификация средств в адаптивной физической культуре.
12. Характеристика средств адаптивной физической культуры.
13. Двигательные режимы в адаптивной физической культуре.
14. Двигательные режимы на больничном этапе лечения.
15. Двигательные режимы на санаторном этапе лечения.
16. Природные факторы как средство адаптивной физической культуры.
17. Понятие о механотерапии.
18. Тренажеры, их классификация.
19. Применение тренажеров в адаптивной физической культуре.
20. Формы организации занятий адаптивной физической культурой.
21. Занятие адаптивной физической культурой (цель, характеристика, структура).
22. Самостоятельное занятие как форма АФК (цель, характеристика, структура).
23. Дозированная ходьба в адаптивной физической культуре (цель, характеристика).
24. Дозированное восхождение (терренкур) в адаптивной физической культуре (цель, характеристика).
25. Ближний туризм для инвалидов (цель, характеристика).
26. Оздоровительная аэробика для инвалидов (цель, характеристика).
27. Плавание для инвалидов (цель, характеристика).
28. Общепедагогические и специфические методы в адаптивной физической культуре.

29. Методы обучения двигательным действиям.
30. Метод расчлененно-конструктивного упражнения.
31. Метод целостного упражнения.
32. Метод сопряженного воздействия.
33. Физическая помощь и страховка при обучении двигательным действиям.
34. Методы направленного развития двигательных способностей.
35. Классификация средств для оснащения сооружений оздоровительного назначения при работе с инвалидами.
36. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с дефектами опорно-двигательного аппарата.
37. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями слуха или зрения.
38. Тема Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями интеллекта.

Зав. кафедрой ЛФК и ФКД

Аниськова О.Е.