

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 21.06.2024 11:37:45
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (Б1.В.04)**

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)
Уровень образования – магистратура

Методические материалы
подготовил

к.м.н., доцент Ардашев А.Е.

ВВЕДЕНИЕ

Цель дисциплины – формирование у магистров по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), профессиональных знаний и навыков в области медико-биологического обеспечения адаптивной физической культуры.

В процессе прохождения производственной практики обучающийся формирует и демонстрирует следующие профессиональные компетенции:

ПК-3 Способен планировать и осуществлять мероприятия по медико-биологическому и научно-методическому обеспечению, сопровождению подготовки спортсменов-инвалидов; планировать и оценивать эффективность реабилитационных (абалитационных) мероприятий; управлять тренировочным процессом и реабилитационными (абалитационными) мероприятиями.

Согласно «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГАФКиС», рейтинговые показатели по дисциплине «Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата» формируются на основе результатов текущего контроля знаний и умений обучающихся в течение семестра и по итогам промежуточной аттестации.

Полное усвоение знаний по дисциплине, соответствующее требованиям рабочей программы, соответствует 100 баллам.

Текущий контроль и промежуточная аттестация основаны на балльно-рейтинговой системе оценки учебных достижений обучающихся. Выполнение определенных видов аудиторной и внеаудиторной работы позволяет обучающемуся набрать необходимое количество баллов.

В рамках дисциплины «Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата» используются следующие технологии формирования компетенций.

Таблица 1 – Технологии и методы формирования компетенции

Группы технологий	Назначение	Виды технологий	Формы и методы
традиционные технологии	формирование знаний об ориентировочной основе выполнения деятельности, обобщенных способах и частных методах, приемах, правилах решения практических задач	традиционная технология (ТТ)	<ul style="list-style-type: none">• занятия лекционного типа;• занятия семинарского типа.
технологии квазипрофессиональной деятельности	отработка и освоение отдельных компонентов формируемых компетенций, и их последующая интеграция в учебном процессе в способе, имитирующем профессиональную деятельность	неимитационные неигровые технологии (ННТ)	<ul style="list-style-type: none">• разбор конкретных ситуаций

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ МАГИСТРАНТОВ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ РАБОТЫ

1. Методические рекомендации по работе с теоретическим материалом

При работе с теоретическим материалом (в том числе во время лекционных занятий) рекомендуется вести конспектирование учебного материала.

Следует обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации.

В рабочих конспектах желательно оставлять поля, на которых впоследствии возможно будет делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Уточняющие вопросы преподавателю рекомендуется задавать как во время самой лекции, так и по её окончании, в том числе в часы консультаций.

Для лучшего усвоения теоретического материала рекомендуется:

- просмотреть конспект лекции сразу после занятий;
- отметить материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания;
- попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую основную и дополнительную литературу, справочную литературу, интернет источники;
- каждую неделю отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам и заданиям.

Методические рекомендации по подготовке студента к лекционным занятиям

Лекция - вид учебного занятия, в ходе которого преподаватель в живом взаимодействии со студентами раскрывает систему представлений о том или ином предмете, явлении, помогая слушателям осмыслить проблему и прийти к определенному выводу. Как правило, содержание лекции представляет собой интегрированную научную информацию, преломленную в свете изучаемой проблемы.

Во время лекции студент должен работать в полную меру своих возможностей, обращать внимание не только на интересный, яркий материал, но в равной мере, на «сухие» факты, формулы, определения.

В ходе лекционного занятия необходимо вести конспектирование учебного материала; выделять положения, термины, значение которых осталось непонятными; записывать возникшие вопросы и задать их преподавателю по ходу лекции сразу же после окончания занятия.

Необходимо помнить, что на лекции происходит первоначальное восприятие и осмысление учебного материала, научной информации. Понимание достигается в результате последующей работы над содержанием лекции и другими источниками знаний по данной проблеме.

Повторную работу над конспектом лекции желательно проводить в тот же день. Это позволит наиболее полно восстановить положения, пропущенные или неточно записанные в ходе лекции, лучше понять общую идею, главные аспекты.

2. Методические рекомендации по подготовке студента к практическим (семинарским) занятиям и работе на них

Основу дисциплины составляют практические занятия, включающие освоение теоретического и практического материала, выполнение упражнений различной направленности, практико-ориентированных заданий с учетом специфики избранного вида спорта. В процессе изучения дисциплины, особенно на практических занятиях следует прислушиваться ко всем рекомендациям, которые дает преподаватель, и стараться следовать им.

В процессе практического занятия согласно рабочей программы дисциплины, студенты выполняют практические задания под руководством преподавателя в соответствии с изучаемым содержанием учебного материала.

Выполнение студентами практических занятий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление теоретических знаний;
- формирование умений применять полученные знания в практической деятельности;

- развитие аналитических, проектировочных, конструктивных умений;
- выработку самостоятельности, ответственности, точности и творческой инициативы.

Содержание практических занятий является решением разного рода задач, в том числе профессиональных (анализ производственных ситуаций, решение ситуационных производственных задач, выполнение профессиональных функций в деловых играх, моделирование ситуаций из практики ИВС и т.п.), работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками, составление проектной, плановой и другой документации, в том числе, специальных документов и др.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными профессиональными умениями и навыками, которые в дальнейшем будут закрепляться в процессе выполнения курсовой работы, прохождения практики.

В процессе практических занятий студенты выполняют различные задания, работы. Практические работы могут носить репродуктивный, частично - поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения (теория, основные характеристики), оборудование, аппаратура, материалы и их характеристики, порядок выполнения работы, таблицы, выводы (без формулировок), контрольные вопросы, учебная и специальная литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении студенты не пользуются подробными инструкциями, им не задан порядок выполнения необходимых действий, от студентов требуется самостоятельный подбор необходимого оснащения, выбор способов выполнения работы, инструктивной и справочной литературы.

Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что студенты должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Основными этапами практического занятия являются:

- проверка знаний студентов – их теоретической подготовленности к занятию;
- инструктаж, проводимый преподавателем;
- выполнение заданий, работ, упражнений, решение задач;
- последующий анализ и оценка выполненных работ и степени овладения студентами запланированными умениями.

В конце каждого практического занятия дается задание для самостоятельной работы студента; ставятся учебные задачи на следующее занятие.

Поскольку работа на практических занятиях предполагает применение полученных знаний и умений на практике, необходимо внимательно выполнять требования техники безопасности и инструкции, данные преподавателем в начале занятия.

3 Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы магистрантов и по подготовке к прохождению процедур оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

3.1 Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы магистрантов

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов

СРС – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (возможно частичное непосредственное участие преподавателя при сохранении ведущей роли студентов).

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками по профилю будущей специальности, опытом творческой, исследовательской деятельности, развитие самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровней.

Задачи СРС:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретической подготовки;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов;
- творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений; использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на практических занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

Основными формами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к практическим занятиям (подготовка сообщений, докладов, заданий);
- овладения студентами навыками моделирования практических ситуаций избранного вида спорта;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- углубленный анализ научно-методической литературы (подготовка рецензий, аннотаций на статью, пособие и др.);
- выполнение заданий по сбору материала во время практики;
- овладение студентами конкретных учебных модулей, вынесенных на самостоятельное изучение;
- подбор материала, который может быть использован для написания рефератов, курсовых и квалификационных работ;
- подготовка презентаций;
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, диспуты, деловые игры);
- анализ деловых ситуаций (мини-кейсов).

Самостоятельная работа студента является одной из важнейших составляющих учебного процесса, в ходе которой происходит формирование навыков, умений и знаний и в дальнейшем обеспечивается усвоение студентом приемов познавательной деятельности, интерес к творческой работе и, в конечном итоге, способность решать задачи самостоятельно.

Для того чтобы самостоятельная работа студента была эффективной, необходимо выполнить ряд условий, к которым можно отнести следующие:

1. Обеспечение правильного сочетания объемной аудиторной и самостоятельной работы.

2. Методически правильная организация работы студента в аудитории и внеаудиторная самостоятельная работа.
3. Обеспечение студента необходимыми методическими и учебными материалами.
4. Контроль за ходом самостоятельной работы и мер, поощряющих студента за ее качественное выполнение.

Методические рекомендации по выполнению внеаудиторных самостоятельных заданий

1. Выполнять внеаудиторное задание лучше в день его получения, а накануне занятия повторить его.
2. Для успешного выполнения задания нужно создать условия, которые отвечают требованиям гигиены умственного труда: удобное место, достаточное освещение, тишина, перерывы, необходимое оборудование.
3. Начинать выполнять задание нужно с его осмысления: определить цель, содержание, степень новизны, уровень усвоения, объем, сроки, этапы и приемы выполнения. Заранее спланировать и соблюдать затем последовательность действий. Познакомиться с алгоритмом и эталоном выполнения задания.
4. Изучить вначале теоретическую основу задания (закон, правило, первоисточник и др.), а затем приниматься за письменную работу или другие практические действия.
5. Стараться выполнять задание самостоятельно, применяя знания и умения, усвоенные ранее.
6. Определить свой оптимальный ритм работы.
7. Помнить, что точное следование рекомендациям научной организации учебного труда экономит время, способствует достижению наилучших результатов.

Методические рекомендации по написанию конспекта

Написание конспекта – представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме.

Конспект – это письменное изложение основного содержания текста с выделением наиболее значимых и интересных положений.

При подготовке и составлении конспекта рекомендуется придерживаться следующего алгоритма:

- познакомиться с текстом информации, которую необходимо законспектировать;
- выделить опорные точки текста, главные факты, выводы, идеи, ключевые понятия выписать их;
- определить последовательность изложения информации;
- составить план конспекта в виде схемы;
- начать запись конспекта с указания реквизитов источника (фамилии автора, полного наименования работы, места и года издания);
- осуществить запись по абзацам, сопровождая основные мысли примерами, таблицами;
- выделить особо значимые места конспекта цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.

В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы.

3.2 Методические рекомендации по подготовке к собеседованию

При изучении дисциплины такая форма контроля как собеседование будет использована при освоении следующих тем:

Раздел 1 «Организационно-методические и медико-биологического основы спорта инвалидов»

Тема Введение в дисциплину

Цель, задачи дисциплины. Основные понятия. Проблемы медико-биологического обеспечения спорта инвалидов. История спорта инвалидов.

Тема Организация и содержание адаптивного спорта

Организация адаптивного спорта в России. Государственное управление адаптивным спортом в России. Структура негосударственного управления адаптивным спортом в России. Организация адаптивного спорта за рубежом. Организация адаптивного спорта в рамках паралимпийского движения. Организация адаптивного спорта в рамках сурдлимпийского и специального олимпийского движений.

Адаптивный спорт: структура и содержание. Отличительные черты адаптивного спорта, цели и задачи. Основные направления развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте.

Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте. Традиционная модель соревновательной деятельности, её отличительные черты. Нетрадиционная модель соревновательной деятельности Специальной Олимпиады, её отличительные черты.

Тема Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом

Понятия и принципы классификации занимающихся в адаптивном спорте. Виды классификаций. Допустимые типы поражений (морфофункциональных нарушений) в Паралимпийском спорте.

Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом.

Классификационный кодекс Международного паралимпийского комитета, его основные принципы. Медицинская, спортивно-функциональная, гандикапная классификации спортсменов инвалидов. Их содержание и применение.

Тема Спортивная тренировка в адаптивном спорте.

Факторы, определяющие ведущее положение паралимпийского движения в мире. Цели и задачи спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев.

Построение спортивной тренировки спортсменов. Структура тренировки: структура занятия; структура и построение микроциклов; структура и построение мезоциклов; структура и построение макроциклов. Структура многолетнего процесса спортивной подготовки.

Специальное олимпийское движение. Предпосылки развития специального олимпийского движения. Основопологающие аспекты специального олимпийского движения: цель, основопологающие принципы, Основная программа тренировок и соревнований Специальной олимпиады. Система разделения на дивизионы в рамках соревнований Специальной Олимпиады. Распределение на дивизионы в индивидуальных видах спорта. Распределение на дивизионы в командных видах спорта. Выравнивание результатов соревнований.

Раздел 2 «Медико-биологическое и научно-методическое обеспечение и сопровождение спорта инвалидов»

Тема Организационные основы медико-биологического обеспечения и сопровождения спорта инвалидов

1. Основные направления медицинского обеспечения и сопровождения спорта инвалидов.
2. Систематический контроль за состоянием здоровья занимающихся: предварительные и периодические медицинские осмотры.
3. Систематический контроль за состоянием здоровья занимающихся: углублённые, этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения.

4. Систематический контроль за состоянием здоровья занимающихся: врачебно-педагогические наблюдения.
5. Порядок медицинского осмотра лиц желающих пройти спортивную подготовку.
6. Решения вопроса о допуске инвалидов к прохождению спортивной подготовки. Противопоказания к прохождению спортивной подготовки.
7. Программы медицинских осмотров лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
8. Программа медицинских осмотров на спортивно-оздоровительном этапе подготовки.
9. Программа медицинских осмотров на этапе начальной подготовки.
10. Программы углублённых медицинских обследований на тренировочном этапе.
11. Программы углублённых медицинских обследований на этапе совершенствования спортивного мастерства.
12. Программы углублённых медицинских обследований на этапе высшего спортивного мастерства.
13. Общие принципы организации этапных и текущих медицинских обследований.
14. Цели и задачи этапных, текущих медицинских обследований.
15. Представления о ведущих функциональных системах организма и контроль над ними в процессе этапных, текущих медицинских обследований.
16. Основные направления организации медицинской помощи в форме врачебно-педагогических наблюдений.
17. Задачи врачебно-педагогических наблюдений.
18. Этапы проведения врачебно-педагогических наблюдений.
19. Общеклинический мониторинг.
20. Морфометрический мониторинг.
21. Функциональный мониторинг.
22. Гомеостатический (биохимический) мониторинг.
23. Нутритивный мониторинг.
24. Психологический мониторинг.
25. Общеклинический и медико-педагогический мониторинг.
26. Медико-профилактический мониторинг.
27. Диагностический мониторинг.
28. Клинический (лечебный) мониторинг.
29. Мониторинг восстановительных и реабилитационных программ.
30. Психологический мониторинг.
31. Виды медицинской помощи, оказываемой лицам, занимающимся физической культурой и спортом (ФКиС).
32. Мероприятия первичной медико-санитарной помощи.
33. Запрос на Терапевтическое использование запрещенных субстанций, запрещенных методов.
34. Роль и ответственность организаторов спортивных мероприятий.
35. Роль ответственного медицинского работника физкультурно-спортивного мероприятия.
36. Состав медицинской бригады физкультурно-спортивного мероприятия.
37. Общая схема оказания медицинской помощи участникам и зрителям. Регистрация случаев оказания медицинской помощи.
38. Отчет ответственного медицинского работника о медицинском обеспечении физкультурного мероприятия и спортивного соревнования.
39. Допуск лиц к физкультурным, спортивным мероприятиям, выполнению нормативов ГТО.
40. Медицинские противопоказания к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Тема Восстановительные мероприятия в спорте

1. Определение термина «Реабилитация».
2. Виды реабилитации (медицинская, профессиональная, трудовая, социальная).
3. Аспекты (мероприятия) реабилитации (психологический, медицинский, физический, профессиональный, социальный, экономический).
4. Уровни реабилитации (реституция, регенерация, компенсация, реадаптация).
5. Фазы реабилитации (ранняя, поздняя, реабилитация инвалидов).

6. Варианты реабилитации (курсовая, непрерывная).
7. Этапы организации медицинской реабилитации. Этапы медицинской реабилитации в спорте.
8. Принципы медицинской реабилитации в спорте.
9. Причины заболеваний и травм у спортсменов.
10. Структура заболеваемости у спортсменов.
11. Методы и средства медико-биологического сопровождения.
12. Педагогические и психологические средства восстановления.
13. Фармакологическая поддержка, витаминизация.
14. Особенности питания спортсменов. Питьевой режим спортсменов.
15. Преапатологические и патологические состояния.
16. Переутомление, перетренированность, перенапряжение ведущих систем организма. Их проявления, профилактика, коррекция.
17. Психологические, педагогические, медико-биологические средства, повышающие адаптацию к физическим нагрузкам.
18. Планирования реабилитационных мероприятий, направленных на повышение адаптации к физическим нагрузкам в связи с периодами годового цикла спортивной подготовки.
19. Этапы реабилитации после перенесенных травм и заболеваний: этап медицинской реабилитации; этап спортивной реабилитации; этап спортивной тренировки.
20. Этапное планирование реабилитационных мероприятий после перенесенных травм и заболеваний.

Тема Оценка эффективности реабилитационных (абилитационных) мероприятий

1. Общие принципы оценки медицинской реабилитации (абилитации).
2. Общие представления об оценке медицинской реабилитации.
3. Классификация показателей Оценка эффективности медицинской реабилитации.
4. Оценка эффективности медицинской реабилитации.
5. Критерии количественной оценки организации и качества мер реабилитации.

Раздел 3 «Научно-методическое сопровождение подготовки спортсменов-инвалидов»

Тема Планирование научно-методического сопровождения подготовки спортсменов-инвалидов

1. Основные понятия комплексного контроля в спорте. Определение понятий спортивной подготовки. Понятие о комплексном контроле в спорте.
2. Структура системы комплексного контроля в спорте.
3. Виды комплексного контроля применительно к периодизации процесса спортивной подготовки.
4. Виды комплексного контроля применительно к отраслевой принадлежности методов исследования.
5. Виды комплексного контроля применительно к оценке сторон подготовленности.

Тема Методы контроля подготовленности спортсменов-инвалидов

1. Классификация методов комплексного контроля.
2. Антропометрия.
3. Функциональное тестирование.
4. Методики психологического контроля.
5. Контроль физической подготовленности. Показатели физической подготовленности.
6. Контроль технической подготовленности. Показатели технической подготовленности.
7. Контроль тактической подготовленности. Показатели тактической подготовленности.
8. Биохимический контроль в оценке подготовленности спортсмена-инвалида.
9. Показатели углеводного, жирового, белкового обмена. Ферменты и гормоны.

Критерии оценок собеседования

Баллы (по БРС)	Оценка	Критерии оценки
-------------------	--------	-----------------

3	«отлично»	обстоятельно с достаточной полнотой излагает материал, в соответствии с заданным вопросом; дает правильные формулировки, точные определения понятий и терминов; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом материала.
2	«хорошо»	неполно (не менее 70 % от полного), но правильно изложено задание; при изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя; дает правильные формулировки, точные определения понятий и терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом материала.
1	«удовлетворительно»	неполно (не менее 50 % от полного), но правильно изложено задание; при изложении допущена 1 существенная ошибка; знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировки понятий; излагает выполнение задания недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.
0	«неудовлетворительно»	неполно (менее 50 % от полного) изложено задание; при изложении были допущены существенные ошибки.

3.3 Методические рекомендации по подготовке к письменному ответу

3.3.1 Практико-ориентированные задания (кейсы) оценивания умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Задача № 1. Разработайте обоснованную программу научно-методического сопровождения для адаптивного вида спорта (на выбор) для одного из периодов годового цикла подготовки (на выбор).

Задача № 2. Разработайте обоснованную программу мероприятий, направленных на повышение адаптации к физическим нагрузкам для адаптивного вида спорта (на выбор) для одного из периодов годового цикла подготовки (на выбор).

Задача № 3. Оцените эффективность реабилитационных мероприятий.

Спортсмен-паралимпиец, мастер спорта, спортивный стаж более 15 лет.

При обращении: жалобы на боль в поясничной области, иррадиирующие в левую ногу. Боли носят постоянный характер усиливаясь при длительном стоянии ходьбе.

В анамнезе. Боль появились во время тренировки, после значительной осевой нагрузки на позвоночник. При этом отметил резкое появление боли в поясничной области слева с иррадиацией в левую ногу. По данным произведенного МРТ исследования пояснично-крестцового отдела позвоночника были выявлены начальные признаки остеохондроза позвоночника.

Ортопедический статус: левосторонний поясничный сколиоз с торсионным компонентом, мышечный гипертонус паравертебральных мышц больше слева, болезненность при пальпации в проекции остистых отростков поясничных позвонков.

По опроснику Ролланда-Морриса (Боль в нижней части спины и нарушение жизнедеятельности) больной отмечает 9 пунктов.

Диагноз: Остеохондроз поясничного отдела позвоночника. Стадия обострения.

Проведенное лечение: физиотерапия, массаж, ЛФК.

После возобновления тренировочного процесса наступил рецидив болевого синдрома, отмечается умеренный гипертонус паравертебральных мышц слева, умеренная

болезненность при пальпации оститых отростков поясничных позвонков. По опроснику Ролланда-Морриса больной отмечает 7 пунктов.

Критерии оценивания решения практико-ориентированных заданий (кейсов)

Баллы (по БРС)	Оценка	Критерии оценки
3	«отлично»	Представлена комплексная оценка предложенной ситуации. Показано знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей. Дан полный ответ на вопрос кейса, осуществлён правильный выбор тактики действий. Продемонстрировано последовательное, уверенное выполнение практических действий. Представлено подробное, последовательное, грамотное обоснование хода решения. Ответы на дополнительные вопросы верные, четкие.
2	«хорошо»	Дана комплексная оценка предложенной ситуации, наблюдаются незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы. Дан неполный ответ на вопрос кейса, присутствует неполное раскрытие междисциплинарных связей. Осуществлён правильный выбор тактики действий. Обоснование хода решения подробное, но недостаточно логичное, с единичными ошибками в деталях, некоторыми затруднениями, устраняемыми после комментариев педагога. Осуществлено последовательное, уверенное выполнение практических действий. Ответы на дополнительные вопросы верные, но недостаточно четкие.
1	«удовлетворительно»	Имеются затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации. Дан неполный ответ, требующий наводящих вопросов педагога. Осуществление выбора тактики действий в соответствии с ситуацией, возможно только при наводящих вопросах педагога. Обоснование хода решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками. Наблюдается правильное, последовательное, но неуверенное выполнение практических действий. Ответы на дополнительные вопросы недостаточно четкие, с ошибками в деталях.
0	«неудовлетворительно»	Дана неверная оценка ситуации. Представлен неправильный вариант решения кейса. Осуществлён неправильный выбор тактики действий, приводящий к ухудшению ситуации. Обоснование хода решения дано неполное, непоследовательное, с грубыми ошибками. Наблюдается неправильное выполнение практических действий. Ответы на дополнительные вопросы неправильные или отсутствуют.

3.3.2 Тестовые задания

1. Отличительными чертами АС являются...

1. соревнование, достижение наивысшего результата, учебно-тренировочная деятельность, обязательное образование

2. направленность на рекордное достижение, разделение участников соревнований на классы, отсутствие правил, общественные организации (федерации, клубы и т.п..)

3. стремление к максимальному результату, система классификации, тренировка, соревнование, дополнительное образование, интеграция в социум

4. обязательность соревнований, использование умеренных для спортсмена нагрузок, обязательность углубленного медицинского обеспечения

2. В процессе занятий АС решаются следующие основные задачи:

1. достижение максимального результата, формирование спортивной культуры, освоение социальных ролей, функций и ценностей ФК, повышение уровня качества жизни, осуществление коммуникативной деятельности

2. овладение высоким уровнем спортивного мастерства, освоение двигательных ценностей ФК, повышение уровня качества жизни, участие в работе общественных организаций

3. проявление внутренней дисциплины, собранности, настойчивости в достижении цели, освоение интеллектуальных и интеграционных ценностей ФК, установление рекорда в избранном виде спорта

4. формирование спортивной культуры, проявление настойчивости в достижении цели, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности, достижение рекордного результата
3. Функции адаптивного спорта...
1. зрелищная, культурная, политическая, международная, воспитательная, коммерческая, ценностно-ориентационная, оздоровительная, творческая
 2. профилактическая, развивающая, педагогическая, коммуникативная
 3. профессионально-подготовительная, социализирующая, гуманистическая, лечебно-восстановительная
 4. спортивная, оздоровительная, развивающая, образовательная, ценностно-ориентационная, воспитательная, творческая, профилактическая, интегративная
4. Традиционная модель соревновательной деятельности отличается наличием следующих составляющих...
1. соперники, предмет соревнований, судейство, болельщики, иерархия мест участников состязаний, средства и службы обеспечения соревнований
 2. спортсмены, зрители, определение победителя, ранжирование, вступительный взнос, президентская стипендия
 3. правила соревнований, совокупность действия соперников, регистрация рекордов, призовой фонд, престижный аспект социальной оценки достижений
 4. нормы, критерии и технологии определения мест соревнующихся, статус спортсмена-профессионала, рекламные акции
5. Нетрадиционная модель Специальной олимпиады отличается следующими признаками...
1. правило дивизионирования, отсутствие иерархии мест, правило 10%, медали и наградные ленты, пьедестал награждения из 8 ступенек
 2. определение победителей и призеров внутри дивизионов, пьедестал награждения из 6 ступенек, денежный взнос за участие
 3. участие в церемонии награждения всех участников соревнований, пьедестал награждения из 5 ступенек, финансирование за счет организаторов
 4. запрет на ранжирование и фиксацию рекордов, количество комплектов медалей равняется количеству дивизионов, материальное вознаграждение
6. К наиболее значимым принципам классификации спортсменов-инвалидов относятся...
1. максимально возможное уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, периодическое переосвидетельствование спортсменов
 2. принципы справедливости, максимального вовлечения, постоянного уточнения
 3. осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными ограничениями; максимальный охват лиц с различными видами патологии и степенью ее тяжести
 4. осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными возможностями, максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести
7. В адаптивном спорте используются два вида классификации...
1. медицинская и дополнительная
 2. медицинская и спортивно-функциональная
 3. основная и спортивно-функциональная
 4. медицинская и вспомогательная
8. В Паралимпийском движении критерии медицинской классификации для лиц, отнесенных к категории «прочие» определяет...
1. CP-ISRA
 2. IWAS
 3. IBSA
 4. ISOD
9. К запрещенным видам спорта в Специальной олимпиаде относятся...
1. карате;
 2. дзюдо;
 3. гандбол;
 4. хоккей.
10. Основные виды подготовки спортсмена-паралимпийца в процессе тренировки...
1. практическая, теоретическая, техническая, функциональная, тактическая, физическая
 2. техническая, тактическая, физическая, психологическая, теоретическая, интегральная
 3. теоретическая, техническая, функциональная, тактическая, физическая, интегральная

4. психологическая, теоретическая, интегральная, функциональная, техническая, физическая

11. Главное в Специальной олимпиаде – это...

1. организация круглогодичных тренировок и соревнований для улучшения физической формы и развития спортивных навыков занимающихся
2. социализация и интеграция в общество людей с умственной отсталостью, информирование общественности об их возможностях и талантах
3. получение радости, удовольствия, пользы от участия в индивидуальных и командных видов спорта лицами с умственными ограничениями
4. достижение максимальных рекордных результатов лицами с отклонениями в умственном развитии

12. По каким признакам формируются дивизионы в Специальной олимпиаде?

1. половому, возрастному, по уровням способностей с учетом правила 10%
2. возрастному, по разнице между наибольшим и наименьшим результатом
3. половому, с учетом «правила 10%»
4. индивидуальным и командным видам спорта

13. Основное отличие программы «Объединенный спорт» заключается в следующем...

1. программа способствует развитию у спортсменов чувства собственного достоинства, установлению дружеских отношений с ровесниками
2. программа предоставляет ценную возможность заняться спортом людям, не участвующим в других спортивных программах
3. официальные награды по программе вручаются как спортсменам Специальной олимпиады, так и партнерам
4. программа объединяет равное число спортсменов Специальной олимпиады и людей, не имеющих задержки в умственном развитии, в спортивные команды

14. Какой вид педагогического контроля оценивает повседневные изменения в подготовке занимающихся в процессе одного или нескольких занятий?

1. этапный;
2. оперативный;
3. текущий;
4. педагогическое наблюдение.

15. По официальным видам спорта Специальной олимпиады к соревнованиям допускаются дети с ...

1. 8-летнего возраста
2. 16-летнего возраста
3. 18-летнего возраста
4. 6-летнего возраста

16. К новым видам спорта, недавно включенным в программу Паралимпийских игр (Лондон-2012, Сочи-2014., относятся:

1. паратриатлон, парасноуборд
2. гребля, дзюдо
3. бильярд, боулинг
4. параканье, керлинг

17. В классификации Международной ассоциации спорта и рекреации лиц с церебральным параличом выделяют...

1. 8 классов
2. 9 классов
3. 6 классов
4. 3 класса

18. Оценка динамики физического развития, уровня общей и специальной подготовленности, функционального состояния организма, адекватности тренировочных нагрузок возможностям занимающихся – это цель...

1. врачебного контроля
2. педагогического контроля
3. педагогического наблюдения
4. врачебного освидетельствования

19. Укрепление здоровья, улучшение физического развития, коррекция имеющихся отклонений, привитие стойкого интереса к занятиям, овладение основам техники выполнения ФУ, выявление задатков и способностей, приобретение разносторонней физической подготовленности – это задачи...

1. коррекционно-оздоровительного этапа подготовки
2. этапа спортивного совершенствования
3. этапа начальной подготовки
4. этап высшего спортивного мастерства

20. Противопоказаниями для занятий адаптивным спортом являются...

1. хронические заболевания ЖКТ
2. ишемическая болезнь сердца, эпилепсия
3. ДЦП, ампутации конечностей
4. травма спинного мозга

Критерии оценок тестового контроля знаний

Баллы (по БРС.	Оценка	Показатели оценивания
28-30	«отлично»	93-100% правильных ответов
23-28	«хорошо»	77-92% правильных ответов
15-23	«удовлетворительно», пороговый уровень	50-76% правильных ответов
0	«неудовлетворительно»	49% и менее правильных ответов

4. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - М : Спорт, 2016.
2. Граевская Н.Д. Спортивная медицина. учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - М : Спорт, 2018.
3. Смычѣк В.Б. Реабилитация больных и инвалидов / В.Б. Смычѣк. – М : Мед. Лит., 2009.
4. Черемисинов В.Н. Биохимия : учебник / В.Н. Черемисинов, М : Физическая культура, 2009.
5. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Реабилитация в травматологии и ортопедии / Епифанов В.А., Епифанов А.В. - М : ГЭОТАР-Медиа, 2015.

Дополнительная литература

6. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Москва : Издательство «Спорт», 2020. – электр. ресурс. ЭБС «IPRbooks».
7. Бегидова Т. П. Основы адаптивной физической культуры: Учебное пособие для вузов М.: Физкультура и спорт, 2007.
8. Физическая реабилитация. В 2 томах: учебник / С.Н. Попов, О.В. Козырева, М.М. Малашенко – М.: Издательский центр «Академия», 2016.