«УТВЕРЖДЕНО»

на заседании кафедры ЛФК и ФКД

«12» 09 2023 г. протокол № 2

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

**по учебной дисциплине «Теория и организация АФК»**

**для студентов 3 курса дфпо (6 семестр) направления специальности**

**«Оздоровительная и адаптивная физическая культура (адаптивная)»**

**к экзамену**

1. Особенности образа жизни людей с ограниченными возможностями здоровья.
2. Режим жизни инвалидов различных категорий.
3. Основные принципы оздоровительного воздействия физических нагрузок на организм инвалида.
4. Влияние адаптивной физической культуры на обретение социальной, бытовой и психологической независимости инвалидов.
5. Аспекты физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с контингентом инвалидов и лиц, нуждающихся в физической реабилитации.
6. Биологическая сущность закономерностей адаптационных и компенсаторных процессов организма у лиц, занимающихся АФК.
7. Формирование срочных и долговременных морфофункциональных компенсаторных приспособлений у инвалидов при занятиях АФК.
8. Понятие ограничительного режима у лиц с инвалидностью.
9. Профилактика и коррекция стрессовых воздействий у лиц с инвалидностью.
10. Условия, обеспечивающие эффективность профилактических мероприятий у лиц с инвалидностью.
11. Основные положения теории рационального сбалансированного питания лиц с инвалидностью.
12. Особенности питания лиц, занимающихся АФК.
13. Гигиенические требования к качественному составу продуктов питания.
14. Диетотерапия и витаминная обеспеченность организма лиц с инвалидностью, «модные» диеты.
15. Использование продуктов повышенной биологической ценности в спортивной практике лиц с инвалидностью.
16. Физиологический механизм, основные принципы, формы, средства и методы закаливания при занятиях адаптивной физической культурой.
17. Использование положительного влияния почвы, воздушной и водной среды в физкультурно-оздоровительной работе с лицами с инвалидностью.
18. Гигиенические основы закаливания организма лиц с инвалидностью.
19. Гигиенические требования к строительству и эксплуатации спортивных сооружений для лиц с инвалидностью.
20. Санитарно-гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям (спортзалы, катки, бассейны, лыжные и гребные базы, тиры).
21. Нормативы гигиенических требований к показателям микроклимата, освещенности и воздухообмена крытых спортивных сооружений для лиц с инвалидностью при занятиях АФК.
22. цель и задачи адаптивного физического воспитания.
23. Классификация и характеристика функций АФВ.
24. Классификация и характеристика принципов АФВ.
25. Характеристика основных нормативных документов, регламентирующий деятельность учреждений, осуществляющих воспитание и образование детей с нарушениями в развитии.
26. Организация диспансерного наблюдения лиц с особенностями психофизического развития (ОПФР) и детей с инвалидностью.
27. Методы изучения и оценки физического развития у лиц с ОПФР и детей с инвалидностью.
28. Особенности изучения и оценки функционального состояния различных систем организма у лиц с ОПФР и детей с инвалидностью.
29. Организация самоконтроля на занятиях по АФВ.
30. Понятие общей и моторной плотности занятия АФВ.
31. Построение и оценка физиологической кривой пульса.
32. Методы изучения и оценки двигательных способностей у лиц с ОПФР и детей с инвалидностью.
33. Оценка основных двигательных навыков у занимающихся АФВ.
34. Понятие и методика оценки «реабилитационного потенциала».
35. Формирование групп для занятий АФВ на основе реабилитационного потенциала.
36. Классификация средств АФВ.
37. Основные противопоказания использования средств АФВ.
38. Характеристика форм АФВ.
39. Структура занятий урочного и неурочного типа занятий АФВ.
40. Базовый и вариативный компоненты программы по АФВ для занимающихся во вспомогательных дошкольных и школьных учреждениях, их характеристика.
41. Примерное распределение часов, содержание теоретического и практического разделов базового и вариативного компонентов программы по АФВ.
42. Характеристика содержания разделов учебной программы для I отделения вспомогательной школы АФК 1-4 классов.
43. Характеристика содержания разделов учебной программы для II отделения вспомогательной школы АФК 5-9 классов.
44. Цель занятий по АФВ у детей с ОПФР и детей с инвалидностью.
45. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с ОПФР и детей с инвалидностью.
46. Схема построения занятия (урока) по АФВ у детей с ОПФР и детей с инвалидностью в дошкольных и школьных учреждениях, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста.
47. Особенности дозирования физической нагрузки в АФВ.
48. Организация контроля переносимости физической нагрузки на занятиях по АФВ.
49. Характеристика детей с нарушениями зрения (основной дефект и вторичные отклонения).
50. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования.
51. Средства АВФ у детей с нарушениями зрения в дошкольных и школьных учреждениях образования.
52. Характеристика детей с нарушениями слуха (основной дефект и вторичные отклонения).
53. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования.
54. Средства АВФ у детей с нарушениями слуха в дошкольных и школьных учреждениях образования.
55. Характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (основной дефект и вторичные отклонения).
56. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях образования.
57. Средства АВФ у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в дошкольных и школьных учреждениях образования.
58. Характеристика детей с интеллектуальной недостаточностью (основной дефект и вторичные отклонения).
59. Задачи теоретического и практического разделов программы по АФВ у детей с интеллектуальной недостаточностью в дошкольных и школьных учреждениях образования.
60. Средства АВФ у детей с интеллектуальной недостаточностью в дошкольных и школьных учреждениях образования.