

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
по учебной дисциплине
«Теория и организация адаптивной физической культуры»
для студентов 1 курса дфпо к зачету (1 семестр)
Специальность: 6-05-1012-01 Физическая культура
Профилизация: Адаптивная физическая культура

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

- 32. Методы направленного развития двигательных способностей.
- 33. Классификация средств для оснащения сооружений оздоровительного назначения при работе с инвалидами.
- 34. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с дефектами опорно-двигательного аппарата.
- 35. Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями слуха или зрения.
- 36. Тема Материально-техническое обеспечение занятий инвалидов с нарушениями интеллекта.

Зав. кафедрой ЛФК и ФКД

Аниськова О.Е.