УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
05.06.2026 Аниськова О. Е.

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к экзамену
по учебной дисциплине«Теория и организация АФК»
для студентов 2 курса заочной формы получения образования
специальности 6-05-1012-01 «Физическая культура»,
профилизация «Адаптивная физическая культура»
на 2026/2027 учебный год
Форма проведения: устная

1. Особенности АФК как терапевтического и патогенетического метода.
2. Неспецифическое действие физических упражнений на организм.
3. Сущность действия физических упражнений при заболеваниях.
4. Физиологическое и терапевтическое действие физических упражнений.
5. Нейрогуморальная регуляции. Роль АФК в восстановлении нарушенных функций.
6. Основные механизмы корригирующего действия физических упражнений. Тонизирующее, трофическое, нормализующее действия, механизм компенсации.
7. Психогенное влияние физических упражнений на больного человека.
8. Показания к назначению АФК при заболеваниях и травмах.
9. Противопоказания и ограничения к назначению адаптивной физической культуры.
10. Подбор видов АФК, доступных для занятий инвалидов различных категорий.
11. Определение понятия врачебного и педагогического контроля.
12. Цель, задачи, основные направления, средства и методы врачебного и педагогического контроля.
13. Проведение функционального контроля для объективной оценки состояния инвалида, обоснования выбора двигательного режима и допустимых нагрузок.
14. Понятие «физическое развитие».
15. Значение многократных исследований физического развития в процессе занятий адаптивной физической культурой и спортом.
16. Методы изучения физического развития инвалидов: соматоскопия, антропометрические стандарты, метод индексов, метод корреляции.
17. Особенности их применения при проведении врачебного контроля в адаптивной физической культуре.
18. Выбор метода исследования в зависимости от категории инвалида.
19. Оценка физического развития инвалидов: индексы физического развития (весоростовые, пропорциональности телосложения), метод определения корреляции.
20. Выбор метода исследования с учетом имеющейся у инвалида патологии.
21. Измерения длины и окружности конечностей инвалидов при врачебном контроле в АФК. Топография точек при измерении длины конечности и ее сегментов.

22. Топография жировых складок, определение степени атрофии тканей культи и степени жировых отложений для оценки физического развития инвалидов.
23. Характеристика нормальной амплитуды движений в суставах.
24. Значение определения подвижности и степени нарушения движений в суставах при проведении врачебного контроля в адаптивной физической культуре.
25. Виды нарушения подвижности в суставах. Правила и методика измерения объема движений в различных суставах при стандартном положении тела.
26. Значение исследования мышечной силы, выносливости, координационных способностей и гибкости у инвалидов при проведении педагогического контроля.
27. Методы исследования мышечной силы, выносливости, координационных способностей гибкости, у инвалидов различных категорий, занимающихся АФК.
28. Цель и задачи функционального исследования в адаптивной физической культуре.
29. Характеристика методов функциональных исследований в АФК.
30. Выбор метода исследования в адаптивной физической культуре.
31. Противопоказания для проведения функциональных проб в АФК.
32. Определение понятий «дозирование нагрузки», «объем» и «интенсивность».
33. Характеристика внешней и внутренней стороны нагрузки.
34. Способы дозирования нагрузки (по времени, по темпу, количеству повторений, выбору исходного положения, по амплитуде движений и др.).
35. Подбор физических упражнений и определение их продолжительности в различных периодах применения адаптивной физической культуры.
36. Соотношение общеразвивающих, специальных и дыхательных упражнений в зависимости от двигательного режима и периода заболевания.

Рассмотрены на заседании кафедры ЛФК и ФКД протокол № 13 от 05.06.02026 г