

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования**  
**«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

### Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области адаптивной физической культуры и спорта

#### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>Ж1 Теоретических основ физического воспитания</b>		
Учебный план	49.02.02 Педагог по адаптивной физической культуре.plx 49.02.02 Адаптивная физическая культура		
Квалификация	<b>Педагог по адаптивной физической культуре</b>		
Форма обучения	<b>очная</b>		
Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>		
Часов по учебному плану	144	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:			
аудиторные занятия	0		
самостоятельная работа	84		
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0		

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	17	18				
Неделя						
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10	20	20
Практические	20	20	20	20	40	40
Итого ауд.	30	30	30	30	60	60
Контактная работа	30	30	30	30	60	60
Сам. работа	42	42	42	42	84	84
Итого	72	72	72	72	144	144

Программу составил(и):

Ст. преподаватель, *Канаушкин Николай Васильевич* \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области адаптивной физической культуры и спорта

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минпросвещения России от 28.08.2023 г. № 640)

составлена на основании учебного плана:

49.02.02 Адаптивная физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 25.02.2026 протокол № 3.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

Протокол от 11.02.2026 г. № 11

Зав. кафедрой Ситничук Сергей Сергеевич

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол № 4 от 19.02.2024 г.

Председатель НМС УГН(С) Казакевич Наталья Николаевна

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

сформировать у студентов профессиональные компетенции, необходимые для методической деятельности в сфере адаптивной физической культуры (АФК) и адаптивного спорта. Это включает овладение знаниями теории, методологией и практическими навыками разработки, реализации и анализа методического обеспечения учебно-тренировочного процесса, а также способности к систематизации педагогического опыта и участию в исследовательской деятельности

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		МДК.02
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Основы психологии	
2.1.2	Организация и проведение физкультурно-спортивных занятий для лиц с ОВЗ	
2.1.3	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Производственная практика	
2.2.2	Подготовка к демонстрационному экзамену	
2.2.3	Демонстрационный экзамен	
2.2.4	Защита дипломного проекта (работы)	
2.2.5	Преддипломная практика	

### 3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

#### ПК 2.1.: Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре

:	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	Базовый. Знать основные понятия и термины адаптивной физической культуры (АФК); цели, задачи, принципы и функции АФК в системе реабилитации и социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ); нормативно-правовые основы организации АФК в РФ (законы, ФГОС, СанПиН); возрастные, гендерные и нозологические особенности лиц с ОВЗ и инвалидностью; классификацию средств, методов и форм АФК.
Уровень 2	Продуктивный. Знать педагогические закономерности развития личности в условиях ограниченных возможностей жизнедеятельности; закономерности развития физических качеств и двигательных умений у лиц с ОВЗ; отечественный и зарубежный опыт адаптивного физического воспитания; структуру и требования к методическим документам (программы, планы, конспекты, отчёты); принципы индивидуализации и дифференциации обучения в АФК
Уровень 3	Профессиональный. Знать взаимосвязи научной, методической и учебной деятельности в области АФК; теоретические основы планирования учебно-тренировочного процесса и физкультурно-спортивной работы; методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте; логику подготовки и требования к оформлению научных работ (отчёты, рефераты, выступления); достижения отечественной науки в области АФК и передовой практический опыт.
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Базовый. Уметь анализировать состояние здоровья и двигательные возможности лиц с ОВЗ для подбора общих методов АФК; планировать простейшие физкультурно-спортивные занятия с учётом возраста и нозологии; использовать базовые информационно-коммуникационные технологии для поиска методической информации.

Уровень 2	<p>Продуктивный. Уметь адаптировать общеразвивающие и спортивные упражнения с учётом нозологии, возраста и уровня подготовленности занимающихся;</p> <p>разрабатывать программы и планы учебно-тренировочного процесса для разных групп лиц с ОВЗ;</p> <p>применять методы контроля и оценки эффективности занятий (педагогическое наблюдение, тестирование);</p> <p>систематизировать педагогический опыт, анализировать собственную деятельность и опыт коллег;</p>
-----------	---

	подбирать оборудование и инвентарь с учётом особенностей занимающихся
Уровень 3	Профессиональный. Уметь разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по АФК с учётом специфики контингента, решаемых задач и применяемых педагогических технологий; создавать программы, учебно-тематические планы, дидактические материалы с учётом типа образовательной организации, особенностей группы и отдельных обучающихся; осуществлять календарно-тематическое планирование с учётом особенностей возраста, вида спорта, специфики заболеваний воспитанников; анализировать примерные программы учебно-спортивной подготовки и организации физкультурно-спортивной деятельности; представлять результаты собственной профессиональной деятельности в виде отчётов, рефератов, выступлений
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	Базовый. Владеть навыками работы с учебной и методической литературой; базовыми методами диагностики физического развития (антропометрия, наблюдение); умениями оформления простых методических материалов (конспекты, планы занятий).
Уровень 2	Продуктивный. Владеть навыками разработки методических материалов (рекомендации, памятки, комплексы упражнений); умениями организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия для лиц с ОВЗ (тренировки, соревнования, фестивали); базовыми навыками научно-методической работы (формулирование темы, цели, задач исследования, сбор и обработка данных).
Уровень 3	Профессиональный. Владеть навыками разработки, корректировки и внедрения учебно-методического обеспечения для разных категорий лиц с ОВЗ (программы, планы, дидактические материалы); продвинутыми методами диагностики и оценки физического развития, функционального состояния и двигательных навыков; технологиями индивидуализации и дифференциации обучения в АФК; умениями научно-методической работы: формулирования темы, цели, задач исследования, сбора, обработки и интерпретации данных, оформления результатов. На профессиональном уровне специалист должен быть способен самостоятельно решать сложные методические задачи, включая адаптацию существующих разработок, участие в исследовательской и проектной деятельности, а также подготовку материалов для публикации или презентации на профессиональных площадках
<b>ПК 2.3.: Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов и другие</b>	
:	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	Базовый. Знать основные требования к структуре и оформлению учебных и методических работ (рефератов, сообщений, отчётов); базовые правила оформления библиографических ссылок и списка литературы по ГОСТу; принципы чёткого и логичного изложения материала
Уровень 2	Продуктивный. Знать требования к оформлению курсовых работ, докладов на конференциях, аналитических отчётов; принципы структурирования сложных работ (главы, параграфы, подглавы); правила оформления таблиц, графиков, схем и других визуальных материалов; критерии оценки качества оформления работ (логичность, грамотность, соответствие стандартам).
Уровень 3	Профессиональный. Знать требования к оформлению научных статей, монографий, заявок на гранты в области адаптивной физической культуры; международные стандарты оформления библиографии (например, APA, Chicago); принципы подготовки отчётов для государственных и международных организаций (например, формы статистического наблюдения); этические нормы научной деятельности (плагиат, цитирование, соавторство).
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Базовый. Уметь составлять простые отчёты о выполнении заданий с указанием цели, хода работы и результатов; готовить краткие сообщения (до 3 страниц текста) с чётким выделением введения, основной части и заключения; использовать базовые шаблоны оформления документов в текстовых редакторах

	(например, Microsoft Word).
Уровень 2	<p>Продуктивный. Уметь разрабатывать развёрнутые доклады (до 10 минут) с использованием мультимедийных средств;</p> <p>оформлять аналитические отчёты с разделами: введение, методология, результаты, выводы, рекомендации;</p> <p>систематизировать данные, полученные в ходе исследований, и представлять их в виде таблиц, графиков;</p> <p>готовить презентации, дополняющие устное выступление, с учётом принципов наглядности и лаконичности</p>
Уровень 3	<p>Профессиональный. Уметь готовить научные статьи для публикации в рецензируемых журналах с соблюдением всех требований к структуре и оформлению;</p> <p>составлять комплексные отчёты о результатах исследований с анализом данных, сравнением с работами других авторов, формулировкой практических рекомендаций;</p> <p>делать публичные выступления на профессиональных конференциях и семинарах, аргументированно отвечать на вопросы;</p> <p>адаптировать материалы для разных аудиторий (научная, педагогическая, родительская и т. д.)</p>
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	<p>Базовый. Владеть навыками оформления титульного листа, оглавления, списков литературы;</p> <p>умением делать устные доклады продолжительностью до 5 минут, опираясь на текст сообщения;</p> <p>базовыми навыками работы с презентационными программами (например, PowerPoint) для визуализации простых данных</p>
Уровень 2	<p>Продуктивный. Владеть навыками оформления ссылок на источники в тексте работы и составления списка литературы;</p> <p>умением формулировать чёткие выводы, соответствующие поставленным задачам;</p> <p>навыками подготовки тезисов для конференций и публикаций в сборниках материалов</p>
Уровень 3	<p>Профессиональный. Владеть навыками редактирования и корректуры текстов;</p> <p>умением использовать специализированные программы для анализа данных и визуализации результатов (например, SPSS, Excel);</p> <p>опытом подготовки заявок на гранты и участия в конкурсах научных работ;</p> <p>навыками презентации сложных научных идей в доступной форме для непрофессиональной аудитории</p>
<b>ПК 2.4.: Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивной физической культуры</b>	
:	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	<p>Базовый. Знать основы методологии научного исследования: понятия объекта, предмета, цели, задач, гипотезы;</p> <p>основные методы исследования в адаптивной физической культуре (АФК): анализ литературы, наблюдение, анкетирование, тестирование;</p> <p>структуру простейших исследовательских и проектных работ (рефератов, сообщений);</p> <p>принципы выбора темы исследования с учётом актуальности и доступности информации.</p>
Уровень 2	<p>Продуктивный. Знать классификацию методов исследования (теоретические и эмпирические) и их применение в АФК;</p> <p>принципы проектирования в сфере адаптивной физической культуры: этапы разработки, реализации и оценки проекта;</p> <p>требования к структуре более сложных работ (курсовых, отчётов о научно-исследовательской деятельности);</p> <p>этические нормы научной деятельности (плагиат, цитирование)</p>
Уровень 3	<p>Профессиональный. Знать современные тенденции и проблемы в области адаптивной физической культуры, потенциальные направления исследований;</p> <p>продвинутое методы исследования: педагогический эксперимент, математическая статистика, моделирование;</p> <p>принципы междисциплинарного подхода и интеграции знаний из смежных областей (медицины, психологии, социологии);</p> <p>требования к оформлению научных статей, заявок на гранты, отчётов для профессиональных организаций;</p> <p>нормативные документы, регулирующие исследовательскую деятельность в сфере АФК</p>

<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Базовый. Уметь формулировать простые исследовательские вопросы и гипотезы; собирать информацию из доступных источников (учебники, статьи, интернет); составлять планы небольших проектов или исследований с помощью преподавателя; представлять результаты в виде кратких отчетов или презентаций
Уровень 2	Продуктивный. Уметь самостоятельно выбирать тему исследования с учётом актуальности и практической значимости; формулировать цели, задачи, гипотезы исследований, определять объект и предмет; применять методы сбора данных (анкетирование, интервьюирование, педагогическое наблюдение); обрабатывать и анализировать полученные данные с использованием базовых инструментов (таблицы, графики); разрабатывать простые проекты в сфере АФК (например, программы адаптивного физического воспитания для конкретной нозологической группы); оформлять работы в соответствии с требованиями (ГОСТ, структура разделов); делать устные доклады, отвечать на вопросы
Уровень 3	Профессиональный. Уметь формулировать научно значимые проблемы и предлагать пути их решения; разрабатывать комплексные проекты и программы в сфере АФК (например, системы реабилитации, программы адаптивного спорта); проводить самостоятельные исследования с использованием современных методов, включая экспериментальные; анализировать и критически оценивать научные работы, включая зарубежные источники; адаптировать результаты исследований для разных аудиторий (научной, педагогической, родительской и т. д.); готовить публикации для рецензируемых журналов, заявки на гранты, отчёты для профессиональных организаций
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	Базовый. Владеть навыками работы с базовыми информационными ресурсами; умением оформлять простые документы (титальный лист, оглавление, список литературы); начальными навыками публичного выступления с защитой небольших проектов.
Уровень 2	Продуктивный. Владеть навыками планирования и реализации небольших проектов под руководством наставника; умением интерпретировать результаты исследований и формулировать выводы; навыками подготовки презентаций и визуализации данных
Уровень 3	Профессиональный. Владеть навыками управления исследовательскими и проектными работами (планирование, контроль сроков, распределение ресурсов); умением использовать специализированное ПО для анализа данных (например, SPSS, Excel); опытом участия в научных конференциях, семинарах, профессиональных проектах; навыками презентации сложных проектов и защиты результатов перед экспертной аудиторией

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Раздел 1. Теоретические основы методической работы в АФК</b>						
1.1	Теоретические основы методической работы в АФК /Лек/	1	4				
1.2	Оформление словаря основ терминов дисциплины /Пр/	1	4				
1.3	Теоретические основы методической работы в АФК /Ср/	1	12				
	<b>Раздел 2. Раздел 2 Планирование учебно-тренировочного процесса</b>						
2.1	Планирование учебно-тренировочного процесса /Лек/	1	2				
2.2	Разработка УМК для разных нозологических групп. /Пр/	1	4				

2.3	Планирование учебно-тренировочного процесса /Ср/	1	10				
<b>Раздел 3. Раздел 3 Разработка и анализ учебно-методического обеспечения</b>							
3.1	Учебно-методическое обеспечение адаптивной физической культуры и спорта /Лек/	1	2				
3.2	Оформление методической документации /Пр/	1	4				
3.3	Учебно-методическое обеспечение адаптивной физической культуры и спорта /Ср/	1	10				
<b>Раздел 4. Раздел 4 Педагогический контроль и оценка эффективности</b>							
4.1	Педагогической контроль и оценка эффективности в адаптивной физической культуре и спорте /Лек/	1	2				
4.2	Анализ и корректировка учебно тренировочного процесса на основе данных контроля. /Пр/	1	4				
4.3	Оценка и контроль своего состояния /Пр/	1	4				
4.4	Педагогический контроль и оценка эффективности /Ср/	1	10				
<b>Раздел 5. Раздел 5 Инновационные технологии в АФК</b>							
5.1	Инновационные технологии в АФК /Лек/	2	2				
5.2	Моделирование занятий с использованием ИКТ и ассистивных средств. /Пр/	2	6				
5.3	Инновационные технологии в АФК /Ср/	2	10				
<b>Раздел 6. Раздел 6 Научно-методическая деятельность</b>							
6.1	Научно-методическая деятельность /Лек/	2	4				
6.2	Проведение диагностики и интерпретация результатов /Пр/	2	4				
6.3	Научно-методическая деятельность /Ср/	2	10				
<b>Раздел 7. Раздел 7 Профессиональное саморазвитие педагога</b>							
7.1	Профессиональное саморазвитие педагога /Лек/	2	2				
7.2	Составление индивидуальных программ физической реабилитации и спортивной подготовки. /Пр/	2	4				
7.3	Профессиональное саморазвитие педагога /Ср/	2	10				
<b>Раздел 8. Раздел 8 Взаимодействие с участниками образовательного процесса</b>							
8.1	Взаимодействие с участниками образовательного процесса /Лек/	2	2				
8.2	Разработка УМК для разных нозологических групп. /Пр/	2	6				
8.3	Взаимодействие с участниками образовательного процесса /Ср/	2	10				

8.4	Зачет с оценкой /ЗачётСОц/	2	2				
-----	----------------------------	---	---	--	--	--	--

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Текущий контроль:

Устные опросы на лекциях и практических занятиях.

Выполнение практических заданий (разработка планов занятий, методических рекомендаций).

Подготовка докладов и рефератов.

Вопросы к зачету:

1. Понятие и цели адаптивной физической культуры.
2. Закономерности развития физических качеств у лиц с ОВЗ.
3. Методы и формы организации занятий по АФК.
4. Особенности планирования учебно-тренировочного процесса в адаптивном спорте.
5. Функции АФК: образовательная, воспитательная, коррекционная.
6. Анализ инновационных педагогических технологий в АФК.
7. Оформление методических разработок: требования и структура.
8. Исследовательская деятельность в сфере адаптивного физического воспитания.

### 5.2. Темы письменных работ

### 5.3. Фонд оценочных средств

80-100 баллов- отлично

70--79 баллов-хорошо

60-69- удовлетворительно

менее 60 не зачтено

### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Перечень теоретических вопросов к зачету

Цели, задачи и содержание методической работы в организациях, реализующих программы АФК.

Нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность методиста в сфере адаптивного спорта (ФЗ-329, профессиональные стандарты).

Особенности планирования тренировочного процесса для лиц с различными нарушениями (зрение, слух, интеллект, ОДА).

Методика разработки Адаптированной образовательной программы (АОП): структура и ключевые компоненты.

Виды методической продукции в АФК: методические рекомендации, пособия, указания, программы.

Специфика проведения врачебно-педагогического контроля и мониторинга физического состояния инвалидов.

Классификация и характеристика материально-технического обеспечения занятий АФК (специализированное оборудование и инвентарь).

Организация и методика проведения физкультурно-массовых и спортивных мероприятий для лиц с ОВЗ.

Технологии инклюзивного образования в процессе физического воспитания.

Формы и методы повышения квалификации специалистов по адаптивной физической культуре.

Методические основы профилактики травматизма и обеспечения безопасности занятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Психолого-педагогические аспекты взаимодействия методиста с семьей занимающегося в системе АФК.

Перечень тем практических работ (заданий)

Эти задания выполняются в течение семестра или выносятся как практическая часть билета:

Проектирование конспекта: Составить развернутый план-конспект занятия по адаптивному спорту (вид спорта на выбор) для группы лиц с конкретной нозологией.

Анализ нормативных актов: Сравнить требования профессиональных стандартов «Тренер-преподаватель по адаптивной ФК» и «Инструктор-методист по АФК».

Коррекция нагрузки: На основе предложенного медицинского диагноза разработать перечень ограничений и противопоказанных упражнений.

Разработка положения: Подготовить проект Положения о проведении соревнований (например, по бочча или голболу).

Диагностический инструментарий: Сформировать пакет тестов для оценки координационных способностей детей с ДЦП или нарушениями зрения.

Методическое рецензирование: Провести критический анализ готовой программы спортивной подготовки на предмет соответствия ФССП (Федеральным стандартам спортивной подготовки).

Мультимедийная разработка: Создать буклет или памятку для родителей по организации двигательного режима ребенка-инвалида в домашних условиях.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

### 6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

### 6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: [e.lanbook.com](http://e.lanbook.com). Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

## 7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение курса требует интеграции знаний из педагогики, медицины и теории ФК.

Междисциплинарность: При изучении каждой темы обязательно соотносите методический прием с физиологическими особенностями конкретной нозологической группы (например, почему при нарушениях зрения важен звуковой ориентир).  
Работа с первоисточниками: Регулярно отслеживайте изменения в Федеральных стандартах спортивной подготовки (ФССП) по адаптивным видам спорта на сайте Минспорта РФ.

2. Рекомендации по подготовке к лекциям и семинарам

Конспектирование: Ведите глоссарий терминов. Понятия «абилитация», «коррекция», «компенсация» и «депривация» являются базовыми.

Активность: На семинарах старайтесь моделировать ситуации. Если рассматривается методика для детей с ДЦП, продумайте, как изменить исходное положение упражнения для минимизации патологических рефлексив.

3. Организация самостоятельной работы (СРС)

Самостоятельная работа составляет около 50–60% учебного времени.

Поиск информации: Используйте профильные базы данных (eLibrary, ЭБС «Лань», КиберЛенинка). Ищите статьи по ключевым словам: «адаптивное физическое воспитание», «паралимпийский спорт», «методическое сопровождение АФК».

Практический продукт: При написании рефератов или проектов избегайте общих фраз. Любая методическая рекомендация должна иметь формат: «Упражнение — Нозология — Обоснование — Ограничение».

4. Подготовка к выполнению практических заданий

При разработке плана-конспекта занятия:

Вводная часть: Обязательно указывайте диагноз группы и уровень сохранных функций.

Основная часть: Подбирайте упражнения от простых к сложным, учитывая повышенную утомляемость занимающихся.

Заключительная часть: Отводите больше времени на релаксацию и психоэмоциональное восстановление.

5. Подготовка к зачету с оценкой

Алгоритм ответа: При ответе на теоретический вопрос используйте схему: Определение -> Нормативная база ->

Прикладное значение в АФК.

Самопроверка: Попробуйте объяснить методику обучения конкретному движению (например, броску мяча) для слепого атлета и для атлета с поражением ОДА. Если вы видите принципиальную разницу в средствах — вы освоили материал.

6. Работа с электронными ресурсами

Изучайте видеоуроки и мастер-классы ведущих тренеров Паралимпийского комитета.

Пользуйтесь онлайн-конструкторами образовательных программ для коррекционных школ.