

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Сочинский государственный университет»

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**  
**для поступающих на программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре**  
**«ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Научная специальность** 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

**Форма обучения** очная

**СОСТАВИТЕЛЬ:** СОГЛАСОВАНО:  
Зав. кафедрой ФКиС

/  / Полякова А.В. /  
20.01.2025 г.

/  / Полякова А.В. /  
20.01.2025 г.

2025 г.

## **1.Общие положения**

1.1. Цель экзамена – определить готовность и возможность лица, поступающего в аспирантуру, освоить выбранную программу. Основные задачи экзамена:

- проверка уровня знаний претендента;
- определение склонности к научно-исследовательской деятельности;
- выяснение мотивов поступления в аспирантуру;
- определение уровня научных интересов;
- определение уровня научно-исследовательской эрудиции претендента.

1.2. Вступительное испытание проводится на русском языке.

1.3. Вступительное испытание проводится в форме сочетания письменного и устного ответа. На подготовку отводится не менее 40 минут. Абитуриент фиксирует свой ответ на «листе ответов». После окончания подготовки проходит устное собеседование абитуриента по вопросам билета. По окончании собеседования лист ответа, подписанный личной подписью абитуриента (с указанием ФИО и номера билета), передается в приемную комиссию и «вшивается» в личное дело абитуриента.

1.4. Участники вступительного испытания (abitуриенты) могут иметь при себе и использовать:программу вступительного испытания.

1.5. Абитуриенту запрещается иметь при себе и использовать во время экзамена средства связи.

1.6. Регламент прохождения вступительного испытания определяется Правилами приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет».

## **2. Содержание**

### **2.1. Программа**

Содержательные основы оздоровительной физической культуры.

Основные направления: оздоровительно-реабилитационное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое. Основные функции физической рекреации. Основные виды физической рекреации являются туризм (пеший, водный, велосипедный), пешие и лыжные прогулки, купание, всевозможные массовые игры: волейбол, теннис, городки, бадминтон, рыбная ловля, охота и др. Индивидуальные и групповые занятия. Специфика работы в группах ЛФК. Оздоровительно-реабилитационное направление в нашей стране.

Лечебная гимнастика, дозированные ходьба, бег, прогулки на лыжах и т.п. Определены двигательные режимы (щадящий, тонизирующий, тренировочный). Основными средствами занятий являются легкодозируемые

по нагрузке упражнения основной гимнастики, плавания, легкой атлетики. Лучший оздоровительный и тонизирующий эффект при комплексном использовании упражнений. Индивидуальные занятия реабилитационного типа.

Организационно-методические формы занятий (урочные, индивидуальные, групповые). Занятия в группах здоровья. Основы построения оздоровительной тренировки. Основная направленность оздоровительной физической культуры — повышение функционального состояния организма и физической подготовленности.

Методических правила. Систематичность занятий. Постепенность наращивания интенсивности и длительности нагрузок. Разнообразие применяемых средств. Постепенное увеличение времени, выделяемого для оздоровительной тренировки, главная тенденция, которая должна определять двигательный режим человека до самой глубокой старости.

Совершенствование адаптационно-регуляторных механизмов.

Частота сердечных сокращений при занятиях физкультурой для людей разного возраста и состояния здоровья (уд./мин)

Дозирование по относительным значениям мощности физических нагрузок.

Дозирование по частоте сердечных сокращений. Дозирование в соответствии с энергетическими затратами. Примерный расход энергии (ккал) при выполнении физических упражнений. Дозирование по числу повторений физических упражнений.

Общая характеристика учреждений спортивно-оздоровительного сервиса. Проблемы и перспективы развития спортивно-оздоровительного сервиса.

Основы рационального питания (рациональное питание, диета, принципы рационального питания, роль питания в решении задач тренировки). Режим питания. Распределение суточного рациона. Состав пищи и калорийность. Требования и рекомендации в зависимости от характера и вида ОФК.

Основные пищевые вещества (белки, жиры, углеводы). Правила, режим и рацион питания в катаболическую и анаболическую тренировки.

Оборудование и инвентарь шейпинг залов, центров. Техника безопасности при проведении занятий в шейпинг-зале. Дизайн шейпинг-залов. Классификация и общая характеристика различных видов аэробики. Теория и методика проведения занятий по аэробике (методы и методические приемы; составление комбинаций, композиция и пространство). Регулирование нагрузки. Теория и методик занятий аэробикой с использованием оборудования (степ-аэробика; фитбол-аэробика; слайд-аэробика и др.). Теория и методика силовых занятий в аэробике (резиновые амортизаторы; свободные веса). Виды силовых тренировок.

Педагогический и медико-биологический контроль. Перенапряжение и переутомление. Нарушения в опорно-двигательном аппарате при занятиях ОФК. Основные типы травм на занятиях и после. Методы профилактики и

способы лечения. Первая медицинская помощь. Характеристика современных систем оценки состояния здоровья. Определение адекватности нагрузки на тренировки в зависимости от состояния здоровья занимающихся. Анатомо-физиологические особенности женщин. Составление программ тренировки. Особенности тренировок с людьми старшего возраста.

Силовая тренировка. Понятие сила, классификация. Средства и методы. Разработка тренировочной программы. Тренировка выносливости. Понятие выносливость, классификация. Средства и методы. Разработка тренировочной программы.

## **2.2. Вопросы для подготовки по программе**

1. Понятие и сущность понятия здоровья, здорового образа жизни.
2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.
3. Оздоровительно-рекреативное направление оздоровительной физической культуры
4. Оздоровительно-реабилитационное направление оздоровительной физической культуры
5. Спортивно-реабилитационное направление оздоровительной физической культуры
6. Гигиеническое направление оздоровительной физической культуры
7. Основные функции физической рекреации.
8. Основные виды физической рекреации: туризм (пеший, водный, велосипедный), пешие и лыжные прогулки, купание, всевозможные массовые игры: волейбол, теннис, городки, бадминтон, рыбная ловля, охота и др.
9. Индивидуальные и групповые занятия и их особенности
10. Специфика работы в группах ЛФК.
11. Развитие оздоровительно-реабилитационного направления в нашей стране.
12. Лечебная гимнастика,
13. Дозированные ходьба, бег, прогулки на лыжах
14. Двигательные режимы (щадящий, тонизирующий, тренировочный).
15. Основные средства занятий и их характеристика
16. Оздоровительный и тонизирующий эффект при комплексном использовании упражнений.
17. Индивидуальные занятия реабилитационного типа.
18. Организационно-методические формы занятий (урочные, индивидуальные, групповые).
19. Занятия в группах здоровья.
20. Основы построения оздоровительной тренировки.
21. Основная направленность оздоровительной физической культуры
22. Повышение функционального состояния организма и физической подготовленности

23. Систематичность занятий оздоровительной физической культурой.
24. Постепенность наращивания интенсивности и длительности нагрузок.
25. Разнообразие применяемых средств.
26. Постепенное увеличение времени, выделяемого для оздоровительной тренировки – главная тенденция для определения двигательного режим занимающихся.
27. Совершенствование адаптационно-регуляторных механизмов, занимающихся.
28. Дозирование по относительным значениям мощности физических нагрузок и по частоте сердечных сокращений.
29. Дозирование в соответствии с энергетическими затратами. Примерный расход энергии (ккал) при выполнении физических упражнений. Дозирование по числу повторений физических упражнений.
30. Общая характеристика учреждений спортивно-оздоровительного сервиса. Проблемы и перспективы развития спортивно-оздоровительного сервиса.
31. Основы рационального питания (рациональное питание, диета, принципы рационального питания, роль питания в решении задач тренировки).
32. Основные пищевые вещества (белки, жиры, углеводы).
33. Правила, режим и рацион питания в катаболическую и анаболическую тренировки.
34. Оборудование и инвентарь шейпинг залов, центров. Техника безопасности при проведении занятий в шейпинг-зале. Дизайн шейпинг-залов.
36. Классификация и общая характеристика различных видов аэробики.
37. Теория и методика проведения занятий по аэробике (методы и методические приемы; составление комбинаций, композиция и пространство). Регулирование нагрузки.
38. Теория и методик занятий аэробикой с использованием оборудования (степ-аэробика; фитбол-аэробика; слайд-аэробика и др.).
39. Теория и методика силовых занятий в аэробике (резиновые амортизаторы; свободные веса). Виды силовых тренировок.
40. Педагогический и медико-биологический контроль. Перенапряжение и переутомление.
41. Нарушения в опорно-двигательном аппарате при занятиях ОФК. Основные типы травм на занятиях и после. Методы профилактики и способы лечения. Первая медицинская помощь.
42. Характеристика современных систем оценки состояния здоровья. Определение адекватности нагрузки на тренировки в зависимости от состояния здоровья занимающихся.
43. Анатомо-физиологические особенности женщин. Составление программ тренировки.
44. Силовая тренировка. Понятие сила, классификация. Средства и методы. Разработка тренировочной программы.

45. Тренировка выносливости. Понятие выносливость, классификация. Средства и методы. Разработка тренировочной программы.

46. Режим питания. Распределение суточного рациона. Состав пищи и калорийность. Требования и рекомендации в зависимости от характера и вида ОФК.

47. Особенности тренировок с людьми старшего возраста.

### **3. Список рекомендованной литературы**

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. для ин-тов физ. культ. – М., 1991.

2. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для ин-тов физ. культ.: В 2 т. / Под общ. ред. Л. П. Матвеева, А.Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М., 1976.

3. Матвеев Л. П. Общая теория спорта. /Л.П. Матвеев. – М.: Воениздат, 1997. 304 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов учреждений ВПО, обуч. по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2014, Академия. – 480 с.

### **4. Критерии и шкалы оценивания знаний абитуриента**

Оценка уровня знаний производится по 100 бальной системе. Итоговая оценка выставляется по следующему принципу пересчета:

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
84-100	выставляются за обстоятельный, безошибочный ответ на все вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии, в том числе: <ul style="list-style-type: none"><li>– свободно ориентируется в теоретическом и практическом материале, относящемуся к предмету вступительного испытания (<math>\geq 84</math>);</li><li>– абитуриент правильно определяет понятия и категории науки, (+ 3 б);</li><li>– продемонстрировал владение терминологией, имеющей непосредственное отношение к изучаемой проблеме (+ 3 б);</li><li>– грамотно обосновал свою точку зрения, выразил ценностное отношение к обсуждаемой проблеме (+ 3 б);</li><li>– продемонстрировал знание актуальных (последних) проблем и тенденций развития соответствующей научной области и области профессиональной деятельности (+ 3 б);</li><li>– при ответе на вопросы, способен приводить примеры из практики, соответствующие теоретическим знаниям(+ 3 б).</li></ul>

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
67-83	<p>выставляются за правильные ответы на вопросы экзаменационного билета, не содержащие грубых ошибок и упущений, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– абитуриент ориентируется в основном содержании теоретического материала по предмету, при этом испытывает некоторые затруднения при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии (<math>\geq 67</math>);</li> <li>– демонстрирует знания отдельных основных терминов, допускает несущественные неточности в формулировках (+3б)</li> <li>– демонстрирует знание общих достижений науки по изучаемому предмету, при этом затрудняется с ответом о последних научных работах в области научного знания (+3 б)</li> <li>– при ответе на вопросы, способен приводить примеры из практики, соответствующие теоретическим знаниям (+ 3 б);</li> <li>– абитуриент предпринял попытку обосновать собственную позицию, допуская некоторые неточности в аргументировании (+3 б);</li> <li>– демонстрирует представления об основных методах и подходах по изучению темы (+3 б).</li> </ul>
50-66	<p>выставляется при недостаточно полном ответе на вопросы, содержащиеся в экзаменационном билете, если возникли серьезные затруднения при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии и (или) из двух вопросов в билете, на один был дан ответ оцениваемый комиссией (<math>\geq 80</math>), на второй вопрос – ответ был предоставлен с существенными ошибками, абитуриент не смог ответить на дополнительные вопросы комиссии, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– абитуриент демонстрирует самые общие (поверхностные) знания на теоретические вопросы (<math>\geq 50</math>);</li> <li>– демонстрирует самые общие (поверхностные) знания терминов, допуская ошибки в формулировка (+3 б);</li> <li>– знает о результатах исследований и их публикаций , но при этом не может точно их охарактеризовать (+3)</li> <li>– при ответе на вопросы способен привести один пример из практики, соответствующие теоретическим знаниям (+ 3 б);</li> <li>– абитуриент предпринял попытку обосновать собственную позицию, допуская некоторые неточности в аргументировании (+3 б);</li> <li>– демонстрирует фрагментарные представления об основных методах и подходах по изучению темы (+3 б).</li> </ul>
0-49	<p>выставляется в случае отсутствия необходимых для ответа теоретических знаний по вступительному испытанию, если</p>

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
	выявлена на данный момент неспособность к решению задач, связанных с его будущими профессиональными обязанностями

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Сочинский государственный университет»**

**УТВЕРЖДАЮ**  
Зав. кафедрой ФКиС

\_\_\_\_\_ / Полякова А.В. /  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

**Экзаменационный билет № 1**  
**Вступительный экзамен по дисциплине:**  
**«ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Вопросы:**

Вопрос 1. Понятие и сущность понятия здоровья, здорового образа жизни.  
Вопрос 2. Постепенность наращивания интенсивности и длительности нагрузок.

Вопрос 3. О предполагаемой теме диссертационного исследования (мотивационное обоснование).

---

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

Составитель: к.биол.н., доцент Полякова А.В.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Сочинский государственный университет»

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**  
**для поступающих на программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре**

**«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Научная специальность** 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

**Форма обучения** очная

**СОСТАВИТЕЛЬ:** СОГЛАСОВАНО:  
Полякова А.В.  
Зав. кафедрой ФКиС

/  / Полякова А.В. /  
20.01.2025 г.

/  / Полякова А.В. /  
20.01.2025 г.

2025 г.

## **1.Общие положения**

1.1. Цель экзамена – определить готовность и возможность лица, поступающего в аспирантуру, освоить выбранную программу. Основные задачи экзамена:

- проверка уровня знаний претендента;
- определение склонности к научно-исследовательской деятельности;
- выяснение мотивов поступления в аспирантуру;
- определение уровня научных интересов;
- определение уровня научно-исследовательской эрудиции претендента.

1.2. Вступительное испытание проводится на русском языке.

1.3. Вступительное испытание проводится в форме сочетания письменного и устного ответа. На подготовку отводится не менее 40 минут. Абитуриент фиксирует свой ответ на «листе ответов». После окончания подготовки проходит устное собеседование абитуриента по вопросам билета. По окончании собеседования лист ответа, подписанный личной подписью абитуриента (с указанием ФИО и номера билета), передается в приемную комиссию и «вшивается» в личное дело абитуриента.

1.4. Участники вступительного испытания (abitуриенты) могут иметь при себе и использовать:программу вступительного испытания.

1.5. Абитуриенту запрещается иметь при себе и использовать во время экзамена средства связи.

1.6. Регламент прохождения вступительного испытания определяется Правилами приема на обучение по образовательным программам высшего образования – программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет».

## **2. Содержание**

### **2.1. Программа**

**Содержательные основы адаптивной физической культуры.** Адаптивная физическая культура в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Задачи и формы адаптивного физического воспитания. Структура и содержание государственных программ по физической культуре в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Специфика комплектования учебных классов (групп) в коррекционных школах III-IV вида. Профессиональные требования к педагогу, работающему с детьми-инвалидами в сфере адаптивной физической культуры. Особенности реализации принципа дифференциации и индивидуализации в процессе адаптивного физического воспитания. Особенности реализации принципа единства диагностики и коррекционной направленности педагогического процесса в работе с детьми с нарушениями в

развитии. Особенности реализации принципа адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами. Особенности реализации принципов обучения (сознательности, активности, наглядности, доступности, прочности) в разных нозологических группах школьников.

Причины и классификация нарушений зрения. Задачи, содержание, особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах Ш-ИУ вида. Особенности физического развития, физической подготовленности, состояния сохранных функций незрячих и слабовидящих детей. Содержание и особенности формирования знаний в процессе адаптивного физического воспитания незрячих и слабовидящих детей. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям незрячих и с слабовидящими школьников. Использование сохранных анализаторов при формировании навыков пространственной ориентации детей с нарушениями зрения (остаточное зрение, обоняние, слух, осязание). Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливость, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со зрительной депривацией. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства, быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей со зрительной депривацией. Подвижные игры для незрячих и слабовидящих детей (направленность, особенности организации и проведения). Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (осанки, плоскостопия) у детей с нарушением зрения. Противопоказания к отдельным видам физических упражнений, связанные с нарушением зрения. Обеспечение безопасности на занятиях физическими упражнениями незрячих и слабовидящих детей. Методика организации рекреативных занятий в режиме учебного дня детей с нарушением зрения.

Причины и классификация нарушений слуха. Особенности психофизического развития детей с нарушением слуха. Особенности физического развития детей с нарушением слуха. Задачи, содержание, особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах 1-П вида. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям глухих и слабослышащих школьников. Содержание и особенности формирования знаний на уроке физической культуры глухих и слабослышащих школьников. Методы активизации речевой и познавательной деятельности глухих и слабослышащих школьников. Специфика использования вербальных и невербальных методов. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со слуховой депривацией. Коррекция и развитие статического и динамического равновесия у детей с нарушением слуха. Развитие представлений о схеме тела у глухих и слабослышащих дошкольников и младших школьников. Особенности развития внимания у глухих и слабослышащих дошкольников и младших школьников.

Особенности коммуникативной деятельности педагога с глухими и слабослышащими детьми на уроке физической культуры. Особенности физического воспитания глухих и слабослышащих детей, имеющих сочетанные нарушения (ЗПР. умственная отсталость, ДЦП и др.).

Понятие умственная отсталость, причины, классификация. Особенности психических процессов детей с умственной отсталостью (представлений, мышления, памяти, внимания, речи, эмоционально-волевой сферы). Особенности физического развития, физической подготовленности, состояния сохранных функций у детей с нарушением интеллекта. Задачи, содержание, особенности организации и методики адаптивного физического воспитания в коррекционных школах VII-VIII вида. Содержание и особенности формирования знаний на уроке физической культуры у школьников с нарушением интеллекта. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям школьников с нарушением интеллекта. Методы активизации речевой и познавательной деятельности детей с нарушением интеллекта на уроке физической культуры. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей с проблемами интеллекта. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей с проблемами интеллекта. Особенности коммуникативной деятельности педагога на уроке физической культуры умственно отсталых школьников. Регулирование межличностных отношений, преодоление конфликтных ситуаций. Подвижные игры, их направленность и особенности проведения с детьми, имеющими нарушения интеллекта. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими умеренную и тяжелую степень умственной отсталости.

Общая характеристика и классификация основных форм ДЦП. Двигательный статус ребенка при ДЦП. Технические устройства для лечения и обеспечения мобильности детей с ДЦП. Лечебно-нагрузочные костюмы и особенности их применения. Задачи, содержание, особенности организации и методики проведения уроков адаптивного физического воспитания школьников с последствиями ДЦП.

## **2.2. Вопросы для подготовки по программе**

1. Адаптивная физическая культура в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Задачи и формы адаптивного физического воспитания.

2. Структура и содержание государственных программ по физической культуре в системе образовательных (коррекционных) учреждений.

3. Специфика комплектования учебных классов (групп) в коррекционных школах III-IV вида.

4. Профессиональные требования к педагогу, работающему с детьми-инвалидами в сфере адаптивной физической культуры.
5. Особенности реализации принципа дифференциации и индивидуализации в процессе адаптивного физического воспитания.
6. Особенности реализации принципа единства диагностики и коррекционной направленности педагогического процесса в работе с детьми с нарушениями в развитии.
7. Особенности реализации принципа адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами.
8. Особенности реализации принципов обучения (сознательности, активности, наглядности, доступности, прочности) в разных нозологических группах школьников.
9. Причины и классификация нарушений зрения.
10. Задачи, содержание, особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах Ш-ГУ вида.
11. Особенности физического развития, физической подготовленности, состояния сохранных функций незрячих и слабовидящих детей.
12. Содержание и особенности формирования знаний в процессе адаптивного физического воспитания незрячих и слабовидящих детей.
13. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям незрячих и с слабовидящими школьников.
14. Использование сохранных анализаторов при формировании навыков пространственной ориентации детей с нарушениями зрения (остаточное зрение, обоняние, слух, осязание).
15. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливость скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со зрительной депривацией.
16. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства, быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей со зрительной депривацией.
17. Подвижные игры для незрячих и слабовидящих детей (направленность, особенности организации и проведения).
18. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (осанки, плоскостопия) у детей с нарушением зрения.
19. Противопоказания к отдельным видам физических упражнений, связанные с нарушением зрения.
20. Обеспечение безопасности на занятиях физическими упражнениями незрячих и слабовидящих детей.
21. Методика организации рекреативных занятий в режиме учебного дня детей с нарушением зрения.
22. Причины и классификация нарушений слуха.

23. Особенности психофизического развития детей с нарушением слуха.
24. Особенности физического развития детей с нарушением слуха.
25. Задачи, содержание, особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах 1-П вида.
26. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям глухих и слабослышащих школьников.
27. Содержание и особенности формирования знаний на уроке физической культуры глухих и слабослышащих школьников.
28. Методы активизации речевой и познавательной деятельности глухих и слабослышащих школьников. Специфика использования вербальных и невербальных методов.
29. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со слуховой депривацией.
30. Коррекция и развитие статического и динамического равновесия у детей с нарушением слуха.
31. Развитие представлений о схеме тела у глухих и слабослышащих дошкольников и младших школьников.
32. Особенности развития внимания у глухих и слабослышащих дошкольников и младших школьников.
33. Особенности коммуникативной деятельности педагога с глухими и слабослышащими детьми на уроке физической культуры.
34. Особенности физического воспитания глухих и слабослышащих детей, имеющих сочетанные нарушения (ЗПР. умственная отсталость, ДЦП и др.).
35. Понятие умственная отсталость, причины, классификация.
36. Особенности психических процессов детей с умственной отсталостью (представлений, мышления, памяти, внимания, речи, эмоционально-волевой сферы).
37. Особенности физического развития, физической подготовленности, состояния сохранных функций у детей с нарушением интеллекта.
38. Задачи, содержание, особенности организации и методики адаптивного физического воспитания в коррекционных школах VII-VIII вида.
39. Содержание и особенности формирования знаний на уроке физической культуры у школьников с нарушением интеллекта.
40. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям школьников с нарушением интеллекта.
41. Методы активизации речевой и познавательной деятельности детей с нарушением интеллекта на уроке физической культуры.
42. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей с проблемами интеллекта.

43. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей с проблемами интеллекта.

44. Особенности коммуникативной деятельности педагога на уроке физической культуры умственно отсталых школьников. Регулирование межличностных отношений, преодоление конфликтных ситуаций.

45. Подвижные игры, их направленность и особенности проведения с детьми, имеющими нарушения интеллекта.

46. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими умеренную и тяжелую степень умственной отсталости.

47. Общая характеристика и классификация основных форм ДЦП.

48. Двигательный статус ребенка при ДЦП.

49. Технические устройства для лечения и обеспечения мобильности детей с ДЦП. Лечебно-нагрузочные костюмы и особенности их применения.

50. Задачи, содержание, особенности организации и методики проведения уроков адаптивного физического воспитания школьников с последствиями ДЦП.

### **3. Список рекомендованной литературы**

1. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы. - М.: Советский спорт, 2010

2. Под общ. ред. С.П. Евсеева: Теория и организация адаптивной физической культуры. - М.: Советский спорт, 2010

3. Под общ. ред. С.П. Евсеева: Теория и организация адаптивной физической культуры. - М.: Советский спорт, 2009

4. Ростомашвили Л.Н.: Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития. - М.: Советский спорт, 2009

### **4. Критерии и шкалы оценивания знаний абитуриента**

Оценка уровня знаний производится по 100 бальной системе. Итоговая оценка выставляется по следующему принципу пересчета:

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
84-100	выставляются за обстоятельный, безошибочный ответ на все вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии, в том числе: – свободно ориентируется в теоретическом и практическом материале, относящемуся к предмету вступительного испытания ( $\geq 84$ ); – абитуриент правильно определяет понятия и категории науки, (+ 3 б); – продемонстрировал владение терминологией, имеющей непосредственное отношение к изучаемой проблеме (+ 3 б);

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– грамотно обосновал свою точку зрения, выразил ценностное отношение к обсуждаемой проблеме (+ 3 б);</li> <li>– продемонстрировал знание актуальных (последних) проблем и тенденций развития соответствующей научной области и области профессиональной деятельности (+ 3 б);</li> <li>– при ответе на вопросы, способен приводить примеры из практики, соответствующие теоретическим знаниям(+ 3 б).</li> </ul>
67-83	<p>выставляются за правильные ответы на вопросы экзаменационного билета, не содержащие грубых ошибок и упущений, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– абитуриент ориентируется в основном содержании теоретического материала по предмету, при этом испытывает некоторые затруднения при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии (<math>\geq 67</math>);</li> <li>– демонстрирует знания отдельных основных терминов, допускает несущественные неточности в формулировках (+3б)</li> <li>– демонстрирует знание общих достижений науки по изучаемому предмету, при этом затрудняется с ответом о последних научных работах в области научного знания (+3 б)</li> <li>– при ответе на вопросы, способен приводить примеры из практики, соответствующие теоретическим знаниям (+ 3 б);</li> <li>– абитуриент предпринял попытку обосновать собственную позицию, допуская некоторые неточности в аргументировании (+3 б);</li> <li>– демонстрирует представления об основных методах и подходах по изучению темы (+3 б).</li> </ul>
50-66	<p>выставляется при недостаточно полном ответе на вопросы, содержащиеся в экзаменационном билете, если возникли серьезные затруднения при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии и (или) из двух вопросов в билете, на один был дан ответ оцениваемый комиссией (<math>\geq 80</math>), на второй вопрос – ответ был предоставлен с существенными ошибками, абитуриент не смог ответить на дополнительные вопросы комиссии, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– абитуриент демонстрирует самые общие (поверхностные) знания на теоретические вопросы (<math>\geq 50</math>);</li> <li>– демонстрирует самые общие (поверхностные) знания терминов, допуская ошибки в формулировка (+3 б);</li> <li>– знает о результатах исследований и их публикаций , но при этом не может точно их охарактеризовать (+3)</li> <li>– при ответе на вопросы способен привести один пример из практики, соответствующие теоретическим знаниям (+ 3 б);</li> </ul>

<b>Баллы</b>	<b>Общие критерии оценивания</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– абитуриент предпринял попытку обосновать собственную позицию, допуская некоторые неточности в аргументировании (+3 б);</li> <li>– демонстрирует фрагментарные представления об основных методах и подходах по изучению темы (+3 б).</li> </ul>
0-49	выставляется в случае отсутствия необходимых для ответа теоретических знаний по вступительному испытанию, если выявлена на данный момент неспособность к решению задач, связанных с его будущими профессиональными обязанностями.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Сочинский государственный университет»**

**УТВЕРЖДАЮ**  
Зав. кафедрой ФКиС

\_\_\_\_\_ / Полякова А.В. /  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

**Экзаменационный билет № 1**  
**Вступительный экзамен по дисциплине:**  
**«Адаптивная физическая культура»**

**Вопросы:**

Вопрос 1. Адаптивная физическая культура в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Задачи и формы адаптивного физического воспитания.

Вопрос 2. Задачи, содержание, особенности организации и проведения уроков адаптивного физического воспитания в коррекционных школах 1-П вида.

Вопрос 3. О предполагаемой теме диссертационного исследования (мотивационное обоснование).

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

Составитель: к.биол.н., доцент Полякова А.В.