

Приложение 1 к РПД Комплексная реабилитация в адаптивной физической культуре
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль) Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
Форма обучения – заочная
Год набора - 2022

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
3.	Направленность (профиль)	Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре
4.	Дисциплина (модуль)	Комплексная реабилитация в адаптивной физической культуре
5.	Форма обучения	заочная
6.	Год набора	2022

I. Методические рекомендации

1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

1.2 Методические рекомендации по подготовке к семинарским (практическим) занятиям

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам практического занятия, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практического занятия может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

1.3 Методические рекомендации по выполнению практических работ

Все работы оформляются в специальных тетрадях для практических работ. Необходимо указывать: тему; цель работы, содержание работы и последовательность ее выполнения; выводы.

При оценивании работ учитывается: выполнение всех этапов работы, самостоятельность и качество выполнения схем, рисунков; умение анализировать полученные результаты работы.

1.4 Методические рекомендации по подготовке выступления на семинаре

Алгоритм подготовки к выступлению на семинаре:

- 1 этап – определение темы выступления
- 2 этап – определение цели выступления
- 3 этап – подробное раскрытие информации
- 4 этап – формулирование основных тезисов и выводов.

1.5 Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тесту)

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

1.6 Методические рекомендации по составлению кроссворда

Для составления кроссворда по заданной теме необходимо проанализировать разные источники (учебная и научная литература, сеть Internet, энциклопедии, практические пособия и т.д.).

Кроссворд составляется индивидуально. Работа может быть представлена в печатном (компьютерном) или рукописном варианте.

При составлении кроссворда:

- не допускается наличие незаполненных клеток в сетке кроссворда;
- не допускаются случайные буквосочетания и пересечения;
- загаданные слова должны быть именами существительными в именительном падеже единственного числа;
- не допускаются аббревиатуры, сокращения;
- рисунок кроссворда должен быть четки.

1.7 Методические рекомендации по созданию презентации

Алгоритм создания презентации:

- 1 этап – определение цели презентации
- 2 этап – подробное раскрытие информации,
- 3 этап – основные тезисы, выводы.

Следует использовать 10-15 слайдов. При этом:

- первый слайд – титульный. Предназначен для размещения названия презентации, имени докладчика и его контактной информации;
- на втором слайде необходимо разместить содержание презентации, а также краткое описание основных вопросов;
- оставшиеся слайды имеют информативный характер.

Обычно подача информации осуществляется по плану: тезис – аргументация – вывод.

Требования к оформлению и представлению презентации:

1. Читательность (видимость из самых дальних уголков помещения и с различных устройств), текст должен быть набран 24-30-ым шрифтом.
2. Тщательно структурированная информация.
3. Наличие коротких и лаконичных заголовков, маркированных и нумерованных списков.
4. Каждому положению (идее) надо отвести отдельный абзац.
5. Главную идею надо выложить в первой строке абзаца.
6. Использовать табличные формы представления информации (диаграммы, схемы) для иллюстрации важнейших фактов, что даст возможность подать материал компактно и наглядно.
7. Графика должна органично дополнять текст.
8. Выступление с презентацией длится не более 10 минут.

1.8 Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета

Основным источником подготовки к зачету является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Зачет проводится по билетам, каждый из которых содержит два вопроса. Содержание билетов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа преподаватель, принимающий зачет, может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу на зачете студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней

II. Планы практических занятий

Планы практических занятий

Тема 1. Основы комплексной реабилитации больных и инвалидов

План:

1. Общие основы комплексной реабилитации больных и инвалидов.
2. Основы и принципы профилактической медицины.
3. Медицинская и физическая реабилитация больных и инвалидов. Психологическая и профессиональная реабилитация.
4. Этапы комплексной реабилитации больных и инвалидов.

Литература:

1. Бенилова, С. Ю. Дошкольная дефектология: ранняя комплексная профилактика нарушений развития у детей (современные подходы) : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 050717 - Спец. дошк. педагогика и психология и по направл. 050700 "Спец. (дефектол.) образование" (профиль "Дошк. дефектология") / С. Ю. Бенилова, Л. Р. Давидович, Н. В. Микляева. - М. : Парадигма, 2014. - 312 с. С. 28-39.
2. Лечебная физическая культура : [учебник для студентов учреждений ВПО, обучающихся по направлениям подготовки "Физическая культура", "Адаптивная физическая культура"] / С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 412, [1] с. : ил. С. 12-55.

Задания для самостоятельной работы (составить конспект):

1. Общие показания и противопоказания к применению различных средств физической реабилитации.
2. Требования к залу ЛФК и профессиональным и личностным качествам инструктора-методиста.

Интерактивная форма: дискуссия на тему «Реабилитация в сфере физической культуры, подготовки инвалидов к паралимпийским играм».

Тема 2. Средства и методы АФК в системе реабилитации больных и инвалидов

План:

1. Формы и система комплексной реабилитации больных и инвалидов.
2. Комплексная и индивидуальная программа реабилитации.
3. Факторы риска наиболее часто встречающихся заболеваний и инвалидностей.
4. Роль наследственного фактора в патологии человека.
5. Нервный стресс.

Литература:

1. Бенилова, С. Ю. Дошкольная дефектология: ранняя комплексная профилактика нарушений развития у детей (современные подходы) : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 050717 - Спец. дошк. педагогика и психология и по направл. 050700 "Спец. (дефектол.) образование" (профиль "Дошк. дефектология") / С. Ю. Бенилова, Л. Р. Давидович, Н. В. Микляева. - М. : Парадигма, 2014. - 312 с. С. 28-41.
2. Лечебная физическая культура : [учебник для студентов учреждений ВПО, обучающихся по направлениям подготовки "Физическая культура", "Адаптивная физическая культура"] / С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 412, [1] с. : ил. С. 12-55.

Задания для самостоятельной работы (составить конспект):

1. Понятие о реабилитационной программе. Комплексная программа реабилитации. Индивидуальная программа реабилитации.
2. Карта индивидуальной программы реабилитации инвалида.
3. Карта индивидуальной программы реабилитации больного.
4. Основные принципы медицинской деонтологии и этики.
5. Условия, способствующие оптимальному контакту инструктора (тренера, воспитателя) с больными (инвалидами) и членами их семей.

Интерактивная форма: Круглый стол на тему «Виды ЛФК; основные ошибки реализации ЛФК».

Тема 3. Нормативно-правовое регулирование комплексной реабилитации больных и инвалидов

План:

1. Адаптивный спорт в реабилитации различных категорий инвалидов.
2. Психолого-педагогические особенности работы по реабилитации инвалидов.
3. Нормативно-правовое регулирование комплексной реабилитации больных и инвалидов

Литература:

1. Креминская, М. М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с легкой и умеренной умственной отсталостью) / М. М. Креминская. - СПб. : ВЛАДОС Северо-Запад, 2013. - 294 с. С. 88-125.

2. Лечебная физическая культура : [учебник для студентов учреждений ВПО, обучающихся по направлениям подготовки "Физическая культура", "Адаптивная физическая культура"] / С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 412, [1] с. : ил. С. 308-330.

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон № 181 ФЗ от 24.11.1995 г. «О социальной защите инвалидов Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 20 февраля 2006 г. N 95 "О порядке и условиях признания лица инвалидом".
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 17 марта 2011 года № 175 «О Государственной программе Российской Федерации «Доступная среда» на 2011 2015 годы».

Задания для самостоятельной работы (составить конспект):

1. Спортивные общественные движения инвалидов.
2. Организация проведения оздоровительных занятий для инвалидов.
3. Законодательная база физической реабилитации и спорта инвалидов.
4. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность реабилитационных, специальных (коррекционных) образовательных учреждений и учреждений дополнительного образования детей.
5. Нормативно-правовые документы, регламентирующие развитие адаптивной физической культуры и спорта среди инвалидов.

Интерактивная форма: Игра на тему «Активные игры для детей как профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата».